

Indledning

Den måde, vores omgivelser er indrettet på, spiller en stor rolle for den livsstil, vi har. Inden for området forebyggelse og sundhedsfremme er forskere og sundhedsmedarbejdere i stigende grad begyndt at undersøge miljøet og omgivelsernes betydning for sundhedsadfærd. Tidligere var sundhedskampagner henvendt til det enkelte menneske. Det var et personligt ansvar, om folk levede sundt eller valgte at ryge, drikke for meget alkohol, spise for fedt etc. Kampagnerne fokuserede på at oplyse om risici, og denne viden skulle få os til at leve sundere. Men resultaterne af kampagnerne viste, at viden ikke altid resulterer i sundere livsstil.

I dag er der større forståelse for, at mennesker påvirkes af deres omgivelser – også i forhold til sundhed. Det er den enkelte, der træffer valgene, men de rammer, som valgene tages inden for, har afgørende betydning. Undersøgelser har vist, at regler for rygning, mulighed for at få sund mad i kantinen, tilbud om at bevæge sig o.l. gør, at folk i højere grad vælger en sund livsstil.¹

I de seneste år har vi i Danmark set et stigende antal indsatser, der skal skabe sundhedsfremmende miljøer. Ikke mindst i forhold til børn og unge prøver man at finde ud af, hvad der skal til for at få børnene til at bevæge sig mere, spise sundere og lade være med at ryge.

Men opmærksomheden har kun i mindre grad været rettet mod de studerendes forhold på videregående uddannelser. Årsagen skal formentlig findes i den opfattelse, at studerende er voksne mennesker der – modsat børn – selv kan træffe fornuftige valg, og som har ansvar for sig selv. Modsat de ansatte, er de studerende ikke omfattet af personalelovgivning. Fraværet af central lovgivning gør, at der er stor forskel på forholdene på uddannelsesinstitutioner.

Formålet med denne undersøgelse har derfor været at undersøge rammerne for sundhed på de videregående uddannelser, det vil sige seminarier, erhvervsakademier, universiteter, handelshøjskoler etc. Undersøgelsen skal hjælpe os til at få et overblik over de studerendes vilkår for at vælge en sund livsstil. Ud over at afdække forholdene på uddannelserne har vi ønsket at se på, hvordan de forskellige typer uddannelser adskiller sig fra hinanden. På baggrund af resultaterne har vi opstillet anbefalinger, som kan inspirere de videregående uddannelser til at give deres studerende de bedste betingelser for at træffe sunde valg.

1 Paludan-Müller G, Bentzen J, Aaen S, Brink A, Clemmensen IH. Røgfri Arbejdsplads - Viden og erfaringer fra Brøndby Kommune. Kræftens Bekæmpelse; 2006.

Indhold

Rapporten er inddelt i afsnit, der hver har fokus på et område, der har betydning for et menneskes sundhed. Det drejer sig om rygning, alkohol, bevægelse og mad. Det er områder, som har dokumenteret betydning for befolkningens sundhedstilstand, og som derfor er målet for diverse sundhedskampagner. Derudover har vi valgt at inddrage psykisk trivsel og socialt miljø. Disse aspekter har en mere indirekte sammenhæng med sundhed, men undersøgelser har vist, at dårlig trivsel ofte betyder dårlig sundhed på andre områder.² Når vi her i rapporten taler om sundhed, er det ikke ud fra en biomedicinsk definition. Vi lægger os op af WHO's definition af sygdom som ”en tilstand af fuldstændig fysisk, psykisk og socialt velbefindende og ikke blot fravær af sygdom eller svækkelse”. Vores brug af sundhedsbegrebet dækker altså både en fysisk og en psykisk dimension.

Design

Undersøgelsen dækker alle videregående uddannelsesinstitutioner i Danmark. Dvs. både korte, mellemlange og lange videregående uddannelser. Inden for disse uddannelser er nogle institutioner små, med kun en lille gruppe studerende, andre er store centre, hvor flere forskellige uddannelser har til huse i de samme bygninger. Nogle af de største repræsentanter for de videregående uddannelser er seminarier, sundhedsuddannelser³ og universiteter. Undersøgelsens design sikrer, at vi har fået data fra alle typer uddannelser, så resultaterne er så repræsentative som muligt.

For at finde kontaktoplysninger på alle de videregående uddannelser i Danmark tog vi udgangspunkt i Undervisningsministeriets fortegnelse, som findes på ministeriets hjemmeside.

Vi kontrollerede og opdaterede hver uddannelse fra fortegnelsen med informationer fra institutionernes egne hjemmesider samt oplysninger fra Uddannelseshåndbogen. De uddannelser, der ikke eksisterer mere, slettede vi.

Den opdaterede oversigt brugte vi til at rekruttere institutioner til at deltage i projektet. For at sikre, at data repræsenterede alle tre typer ligeligt, opdelte vi oversigten i korte-, mellemlange- og lange videregående uddannelser.

Vi opdaterede løbende oversigten, da nogle uddannelser ved opringning viste sig ikke at tilbyde videregående uddannelser, at være nedlagt eller lagt sammen e.l.

2 Aaen S, Nielsen GA. Trivsel, sundhed og sundhedsvaner blandt 16-20-årige i Danmark. Kræftens Bekæmpelse; 2006

3 Sygepleje, ergo- og fysioterapi og radiograf.

Metode

Undersøgelsen af rammerne for sundhed på videregående uddannelser består af fire del-undersøgelser:

- Fokusgruppeinterview med studerende
- Kvalitative telefoninterview med repræsentanter fra institutionernes ledelse
- Elektronisk spørgeskemaundersøgelse til studerende
- Spørgeskemaundersøgelse udført som telefoninterview med repræsentanter fra institutionernes ledelse.

Indsamling af data

Vi har valgt at kombinere en kvantitativ og en kvalitativ metode til indsamle data. Spørgeskemaundersøgelserne giver overblik over udbredelsen af tiltag på de områder, som undersøgelsen handler om. De kvalitative interviews giver en forståelse for de overvejelser, begrundelser og argumenter, der ligger bag tallene. På den måde giver interviewene mulighed for en mere nuanceret tolkning af de statistiske data. Tilsammen giver den kvantitative og den kvalitative del en bredere forståelse for de områder, vi har ønsket at belyse, end hvis vi kun havde brugt én metode.

Deltagere

Vi har inddraget både studerende og repræsentanter fra uddannelsesstedernes ledelse, da vi ønskede at se på, om der er forskel på, hvordan de studerende og lederne oplever forholdene på uddannelsesinstitutionerne.

Fokusgruppeinterview med studerende

Deltagende uddannelsesinstitutioner

Vi holdt otte fokusgruppeinterview med studerende fra videregående uddannelsesinstitutioner: To erhvervsakademier, to lærerseminarier, et center for sundhedsuddannelser, en handelshøjskole, to institutter fra et universitet samt et universitetscenter. Vi valgte uddannelserne, så de var fordelt mellem de større danske byer og repræsenterede både korte, mellemlange og lange videregående uddannelser.

For at sikre en spredning mht. typer af uddannelser planlagde vi til at starte med to grupper fra hhv. korte, mellemlange og lange uddannelser. Undervejs kom der dog en ekstra gruppe studerende fra et lærerseminarium. Desuden deltog der universitetsstuderende i to forskellige interviews: Ét, hvor alle deltagere læste ved samme institut og ét, hvor studerende fra et andet institut blev interviewet sammen med studerende fra en handelshøjskole. Dette skyldes primært praktiske og logistiske forhold i rekrutteringen af deltagere til de forskellige interviews. Grunden til, at flere institutter fra universitetet blev inddraget var dog også, at et institut næppe kan sige at repræsentere hele universitetet. Ved at have deltagere fra forskellige institutter blev oplysningerne mere valide. Det var også



et bevidst valg, at vi i en fokusgruppe havde deltagere fra to forskellige uddannelser. Fordi de to grupper af studerende havde forskellige erfaringer og diskuterede livligt med hinanden, fik vi mange nyttige informationer.

Rekruttering

Deltagerne blev rekrutteret ved, at vi henvendte os på hver enkelt institution. Nogle steder blev de studerende opfordret til at melde sig via opslagstavler, intranet eller en ansat på uddannelsen henvendte sig personligt til de studerende. Andre steder blev vi henvist til studenterorganisationer, fagråd o.l., der informerede medstuderende. Vi indrykkede også annoncer i studenterblade. På en enkelt institution fandt vi deltagere ved at tage ud på skolen og tage personlig kontakt med studerende i frokostpausen. Alle steder bad vi dem, der havde meldt sig, om at opfordre medstuderende og venner til også at melde sig som deltagere.

Deltagere

Så vidt det var muligt, forsøgte vi at få lige mange mænd og kvinder til at deltage. Det var dog ikke helt muligt på uddannelser med overvægt af kvindelige studerende. De fleste var mellem 20 og 30 år, enkelte dog ældre.

Praktiske forhold

Interviewene blev holdt på uddannelsesinstitutionen, i nogle tilfælde brugte vi dog Kræftens Bekæmpelses lokaler i den by, uddannelsen lå i. Antallet af deltagere varierede fra to til seks med et gennemsnit på 4,75 deltagere per interview.

Gennemførelse

Hvert interview blev gennemført af to eller tre interviewere. Alle interview blev optaget og transskriberet i deres fulde længde. Hvert interview varede 1½ - 2 timer.

Interviewguide

Fokusgruppeinterviewene blev gennemført efter en semi-struktureret interviewguide. Guiden var bygget op omkring følgende emner:

- Rygning
- Alkohol
- Motion
- Mad
- Trivsel og socialt miljø

Inden for hvert emne var der nogle kernespørgsmål, der skulle belyses. Herudover var det i høj grad de studerendes egne udsagn, der styrede forløbet i hvert interview.

Kvalitative telefoninterview med repræsentanter fra institutionernes ledelse

For at kunne sammenligne de studerendes udsagn med den ”officielle” udlægning af forholdene interviewede vi repræsentanter fra uddannelsernes ledelse.

Efter, at vi havde henvendt os, valgte institutionerne selv den person, der skulle deltage i interviewet. Deltagerne var rektorer, studiechefer, kontorchefer o.l. Interviewene blev gennemført som kvalitative semi-strukturerede telefoninterview, bygget op om de samme emner som i fokusgruppeinterviewene med de studerende. Hvert interview varede ca. 30 minutter og blev udført af de samme interviewere som fokusgruppeinterviewene. Det var et princip, at interviewerens også havde været til stede ved fokusgruppeinterviewet med studerende fra den pågældende uddannelsesinstitution. I alt blev otte ledelsesrepræsentanter interviewet. Alle interview blev optaget og transskriberet i fuld længde.

Selvudfyldt e-spørgeskema til studerende (Bilag 1)

Parallelt med den kvalitative del af undersøgelsen gennemførte vi en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse blandt studerende. Spørgsmålene var bygget op omkring de samme temaer som interviewene, dvs. rygning, alkohol, motion, mad og trivsel. Ud over nogle få muligheder for at kommentere med tekst var alle svarkategorier lukkede.

De elektroniske spørgeskemaer blev sendt ud til studerende i perioden 21. august – 20. oktober 2006. I alt 3730 studerende havde besvaret spørgeskemaet ved undersøgelsens afslutning.

Svarene er ikke fordelt ligeligt i forhold til uddannelseslængde (se Tabel 1). Der var færrest studerende fra korte videregående uddannelser, der besvarede spørgeskemaet og flest fra de mellemlange uddannelser. Da vi ikke ved, hvor mange studerende fra hver uddannelsesstype, der har modtaget spørgeskemaet, kan vi ikke sige noget om svarprocenten på hhv. korte, mellemlange og lange uddannelser. Svarfordelingen tyder dog på, at de forskellige uddannelsesstyper ikke er ligeligt repræsenteret.

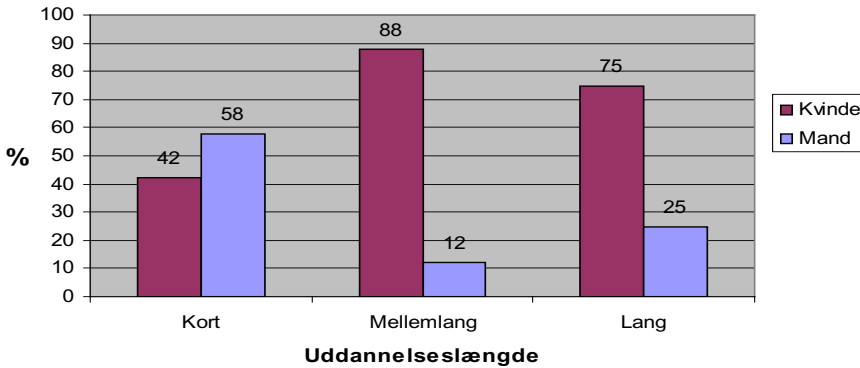
Tabel 1: Fordeling af deltagere på uddannelsesstype (studerende)

Uddannelsesstype, opdelt efter længde	Antal	%
Kort	283	8
Mellemlang	2167	58
Lang	1278	34
I alt	3728	100

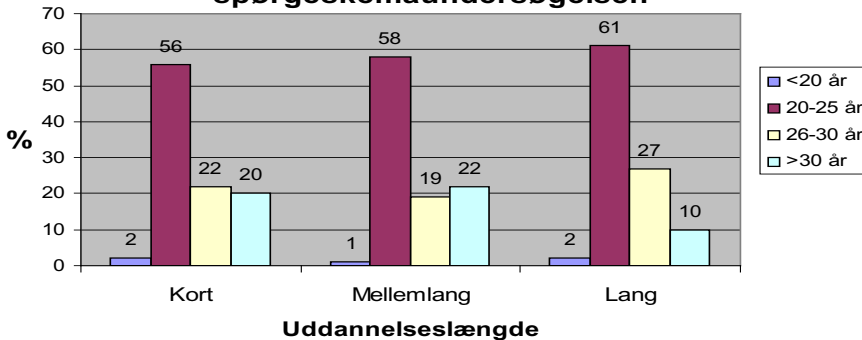
Der er flest kvindelige studerende, der har besvaret spørgeskemaet. Dog er der fra de korte videregående uddannelser flere mænd end kvinder, der har svaret (se Figur 1). Dette kan skyldes, at der på de korte uddannelser er overvægt af mandlige studerende, hvorimod der på de mellemlange og de lange uddannelser er flere kvinder. Dette giver undersøgelsen dog ikke mulighed for at kontrollere.

Som det ses i Figur 2, er de fleste af deltagerne i spørgeskemaundersøgelsen mellem 20 og 25 år. På de korte og de mellemlange uddannelser er der en lidt større andel af studerende over 30 år end på de lange uddannelser. Jf. ovenfor ved vi ikke, om denne svarfordeling blandt deltagerne modsvarer fordelingen blandt alle studerende.

Figur 1: Fordeling af køn blandt de studerende i spørgeskemaundersøgelsen



Figur 2: Alder på studerende i spørgeskemaundersøgelsen



Rekruttering af studerende til spørgeskemaundersøgelse

Studertermedhjælpere ringede til institutionerne i fortegnelsen (beskrevet ovenfor under ”Metode”) og opfordrede dem til at deltage i undersøgelsen. Deltagelse indebar to ting:

1. Institutionen skulle sende en mail rundt til de studerende. Mailen indeholdt et link til et spørgeskema, som de studerende kunne vælge at gå ind og besvare. Besvarelserne var fuldt anonymiserede, da adgang til skemaet skete ved kode og ikke mail-adresse eller cpr.-nummer.
2. Derudover skulle en repræsentant fra ledelsen deltage i et kvantitativt telefon-interview (se nedenfor).

Alle de involverede studentermedhjælpere fik samme mundtlige og skriftlige instruktion i rekrutteringsproceduren. Alt efter om uddannelsesinstitutionen ønskede yderligere information, gav tilsagn om deltagelse, og hvordan de ønskede at henvende sig til de studerende, fik de tilsendt enslydende, relevante følgebrev per mail. De steder, der ikke med det samme kunne svare på, om de ville deltage, blev kontaktet igen.

Vi fik ikke kontaktet alle institutioner inden for den periode, der var afsat til rekruttering. Ud af i alt 159 uddannelsesinstitutioner deltog 65 ved at sende e-spørgeskema til de studerende og ved at en ledelsesrepræsentant deltog i et telefoninterview.⁴

Nogle uddannelsesinstitutioner havde ikke teknisk mulighed for at sende en mail til alle studerende. Disse steder blev tilbudt, at de i stedet kunne lægge et link til det elektroniske spørgeskema på deres hjemmeside eller intranet for studerende. I alt syv uddannelser brugte denne løsning. Også fra disse syv uddannelsessteder blev en repræsentant fra ledelsen interviewet.

Kun ni ud af de 159 uddannelsessteder valgte ikke at deltage. Grundene til ikke at deltage var f.eks. ledelsesmæssigt vakuum, manglende ressourcer pga. fusion, at der ikke var nogen videregående uddannelser, men kun ungdomsuddannelser, manglende tid o.l.

Opsummeret vil det sige, at ud af de i alt 159 videregående uddannelser opnåede vi kontakt til de 81 uddannelsesinstitutioner. Heraf deltog 72 i undersøgelsen.

4 Inkl. de uddannelser, hvor der blev foretaget fokusgruppeinterviews med studerende samt kvalitative telefoninterviews med ledelsesrepræsentanter.

Spørgeskema udført som telefoninterview med repræsentanter fra institutionernes ledelse (Bilag 2).

De lederrepræsentanter, der var rekrutteret ved opringning til uddannelsesstederne, blev ringet op af studentermedhjælpere, der gennemførte et telefoninterview med vedkommende. Svarene blev ført ind i et elektronisk spørgeskema med faste svarkategorier. For nogle få spørgsmåls vedkommende var det desuden muligt at tilføje tekst. Hvert interview varede omkring ti minutter og var bygget op om de emner, som er nævnt tidligere.

Der blev gennemført 66 interviews. Derudover valgte vi, at svarene fra de kvalitative telefoninterviews med lederrepræsentanter skulle føres ind i spørgeskemaer og indgå i den samlede datamængde. Det gjorde vi for at give analyserne af de kvantitative data så stor styrke og repræsentativitet som muligt.

Fordelingen af deltagende ledere er ikke ligelig, som det også i de studerende besvarelser. Der er færrest deltagere fra de korte videregående uddannelser og flest fra de mellemlange (se Tabel 2). Set i forhold til vores fortegnelse over videregående uddannelser, har 37 % af alle korte, 31 % af de mellemlange og 41 % af de lange uddannelser deltaget i spørgeskemaundersøgelsen.

Tabel 2: Fordeling af deltagere på uddannelsestype (ledere)

Uddannelsestype, opdelt efter længde	Antal	%
Kort	17	24
Mellemlang	46	64
Lang	9	13
I alt	72	101