

Viktoria Skjolde Eriksen

Blir du sett, hørt og forstått eller våkner du og tenker "faen, en dag til"?

En kvalitativ undersøkelse av hvordan
koronapandemien har påvirket studenters
opplevelse av ensomhet i studiehverdagen

Masteroppgave i utdanning og oppvekst

Veileder: Patric Wallin

Juni 2022

Viktorija Skjolde Eriksen

Blir du sett, hørt og forstått eller våkner du og tenker "faen, en dag til"?

En kvalitativ undersøkelse av hvordan
koronapandemien har påvirket studenters
opplevelse av ensomhet i studiehverdagen

Masteroppgave i utdanning og oppvekst
Veileder: Patric Wallin
Juni 2022

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap
Institutt for pedagogikk og livslang læring

Sammendrag

Livstruende hendelser og internasjonale kriser kan ha effekt på menneskers liv og deres psykososiale miljø. Koronapandemien har endret hvordan mennesker har oppført seg og samhandlet med hverandre de siste to årene. Spesielt har studenter opplevd å miste sosial kontakt på grunn av digitale forelesninger og fravær av et sosialt liv på universitetet. Denne avhandlingen har en fenomenologisk tilnærming og utforsker hvordan koronapandemien har påvirket studenters opplevelse av ensomhet i studiehverdagen.

I teoridelen blir psykososialt miljø, tilhørighet og ensomhet redegjort for. Disse teoriene er viktige for å forstå den videre analysen og diskusjonen. Datagrunnlaget er basert på fem kvalitative semistrukturerte dybdeintervjuer fra fem studenter ved NTNU. Det er videre gjort en deduktiv tilnærming ved at det er tatt utgangspunkt i intervjuguiden når kodene og temaene ble konstruert. For å fremme funnene er det gjort en tematisk analyse som slik belyser studentenes erfaringer og opplevelser rundt ensomhet i studiehverdagen. Temaene som fremkommer i analysen er *sosiale arenaer* og *ensomhet, relasjoner* (med studenter og professor), *veien videre* og *ansvar for egen inkludering*.

Resultatet viser at mange av studentene savnet det sosiale samværet med andre medstudenter under en digitalisert studiehverdag som følge av koronapandemien, noe som også er vist gjennom flere forskningsundersøkelser. Resultatene beskriver viktigheten av å føle tilhørighet for å ha et godt psykososialt miljø, men også betydningen det har for motivasjonen til studiene. Avhandlingen blir samfunnsaktuell ved at tematikken kan overføres til flere situasjoner fordi ensomhet ikke bare er noen som rammer studenter, men noe som er mer vanlig enn vi kanskje tror.

Abstract

Lifethreatening events and international crisis can have an impact on peoples lifes and their psychosocial environment. The corona pandemic have changed how people act and interact with each other the last two years. Especially students have experienced loss of social contact due to online lectures and absent of social life in universities. This thesis explores into the phenomenological study of students' experience of loneliness in their everyday life during the corona pandemic, where the thesis highlights and discuss the consequences a pandemic can have on the daily life of students.

Five qualitative semi structured interviews with NTNU students where analysed and discussed based on theories about psychosocial environment, belonging, motivation and loneliness. These theories are explained throughout the thesis to create a full picture of the students situation.

The analysis is supported by a deductive approach which has been taken by using the interview guide as a starting point when creating the codes and topics. Furthermore, a thematic analysis of the findings has been made to present experiences and circumstances around loneliness in students study life. The themes that where made from the analysis where *social arenas and loneliness, relations (with students and professors), the future ahead* and *responsibility for their own inclusion*.

The results show that many of the students miss the social interaction with each other due to online lecturing and not being able to be on campus most of the time during the corona pandemic. These results have also been shown in several research surveys.

The results describe the importance of feeling a sense of belonging among students in order to have a good psychosocial environment, but also the significance it has for the motivation for their studies. The topic becomes relevant to society in that the dissertation can be transferred to several situations due to loneliness. Its not something that only affects students, but affects society more than we think.

Forord

Med denne avhandlingen ønsker jeg å takke for seks fine år på NTNU, de har vært veldig innholdsrike og gitt meg mye fint å se tilbake på. Jeg ønsker å takke min veileder Patric Wallin for god veiledning og støtte gjennom hele prosessen. Jeg vil si en stor takk til alle informantene som stilte til intervju, delte sine tanker og erfaring, og slik muliggjorde denne oppgaven. Videre vil jeg takke alle de flotte menneskene på lesesalen jeg satt på, det hadde ikke gått uten dere der.

Jeg vil takke Princess på Solsiden for å være en flott arbeidsplass under studietiden, spesielt vil jeg takke sjefen min Janne for at å være en fantastisk sjef og støttespiller. Jeg vil også rette oppmerksomheten til NTNUI innebandy som har bidratt til en aktiv studietid og som har gitt meg mange gode vennskap.

Jeg vil takke Rikke og Maria for støtten dere har gitt gjennom to fine år som samboere. Jeg vil også takke familie og venner, og spesielt da min kjære søster Karoline og samboer Mikal som har støttet meg under hele masteren. En ekstra oppmerksomhet vil jeg også gi til onkel Frode som har hjulpet meg med koding og korrektur.

En siste oppmerksomhet vil jeg gi til meg selv, for jobben jeg har lagt ned alle disse årene. Jeg kan se tilbake på studietiden som utfordrende og vanskelig, men også interessant og gøy og noe jeg bærer mye stolthet over.

Tusen takk!

Trondheim, juni 2022

Viktorija Skjolde Eriksen

Innhold

Sammendrag.....	i
Abstract.....	iii
Forord.....	v
1. Innledning.....	1
2. Teoretisk rammverk.....	3
2.1. Psykososialt miljø og et trygt læringsmiljø.....	3
2.2. SHoT.....	3
2.3. Tilhørighet.....	4
2.4. Motivasjon.....	5
2.5. Ensomhet.....	7
2.5.1. Sosial og emosjonell ensomhet.....	7
2.5.2. Sosiale behov.....	8
3. Metodologi.....	9
3.1. Metode.....	11
3.1.1. Transkribering.....	12
3.1.2. Planlegging.....	12
3.1.3. Forskningskontekst.....	14
3.2. Analyse.....	15
3.2.1. Fenomenologi.....	15
3.2.2. Hermeneutikk.....	15
3.2.3. Tematisk analyse.....	16
4. Funn.....	18
4.1. Sosiale arenaer og ensomhet.....	18
4.2. Relasjoner.....	20
4.3. Veien fremover.....	24
4.4. Ansvar for egen inkludering.....	27
5. Diskusjon.....	29
5.1. Sosiale arenaer og ensomhet.....	29
5.2. kontakt med medstudenter.....	30

5.3. Kontakt med professor.....	33
5.4. Veien fremover.....	34
6. Avslutning	38
7. Litteraturliste.....	40
8. Vedlegg og figurer	43
8.1 Intervjuguide.....	43
8.2 Informasjonsskriv	45
8.3. NSD- Vurdering av prosjekt.....	48

1. Innledning

Norge ble rammet av en pandemi i starten av 2020 og i mars ble det satt i gang tiltak for å dempe spredningen av Covid-19 viruset. Dette var noe som gikk utover hverdagen til mange, men spesielt elever og studenter. Universitetet var før korona den naturlige møteplassen for studentene, men ble plutselig en plass de ikke kunne oppholde seg (Ekbring & Wellander, 2021). Korona førte meg seg en digitalisering av studiehverdagen som har hatt en rekke konsekvenser for studentene.

Ensomhet er en universell opplevelse som kan ramme alle uansett alder, rase og sosioøkonomiske status (Heinrich & Gullone, 2006). Ensomhet hos studenter er et viktig tema å belyse fordi det ikke blir snakket nok om, og fordi pandemien har gitt ensomhet en ny dimensjon. Ensomhet og mangelen på sosial støtte gir forverret livskvalitet og gir mennesker større risiko for dårligere helse og minsker følelsen av mestring i hverdagen (Helsedirektoratet, 2014).

Det er unge voksne som har de høyeste nivåene av ensomhet etterfulgt av eldre aldersgrupper. Overgangen fra å være ungdom til å være ung voksen gjør høyskole- og universitetsstudenter til en sårbar gruppe når det kommer til følelsen av ensomhet. Ensomhet blant unge mennesker har fått liten oppmerksomhet, men kunnskap om ulike risikofaktorer og sårbare grupper er viktig for å fremme tiltak for å forebygge ensomheten blant studenter. Dette kan eksempelvis gjøres ved å sette søkelys på motivasjon, studiekvalitet og hvorfor studenter velger å droppe ut av universitetet. Ensomhet er videre assosiert med flere helseproblemer og har vært knyttet til risikoen for økt dødelighet og blir derfor viktig å rette oppmerksomheten mot (Hysing et al., 2020).

Studentenes helse og trivselsundersøkelse (SHoT) er en årlig undersøkelse som har til hensikt å avdekke hvordan studentene i hele landet har det og hvordan ulike momenter ved studiehverdagen kan forbedres. I undersøkelsen kommer det fram en misnøye i forhold til studiemiljøet, digitale forelesninger og den viser at ensomheten har økt. Videre kommer det fram at psykiske plager har hatt en kraftig økning fra 2018 til 2021 (Sivertsen, 2021). Flere undersøkelser viser at studentene føler at undervisningstilbudet er dårligere når det legges om fra fysisk til digital undervisning samtidig som studentene savner kontakt med andre medstudenter (Goth et al., 2021).

Problemet er at vi vet lite om studenters opplevde ensomhet som en følge av COVID-19 pandemien. Studenter overlates i for stor grad til seg selv når det gjelder integrering og sosial tilhørighet. Det er et problem at dette ikke er organisert på et mer overordnet nivå, særlig under pandemien. Studenter har ansvar for egen læring og det å skaffe seg nettverk på universitetet som gjør at de er mer overlatt til seg selv enn de var på videregående skole. Nedstenging under pandemien gjorde videre studiehverdagen vanskelig for studentene (Bakke et al., 2016).

Målet med denne oppgaven er å sette søkelys på tematikken og finne ut mer om det. Dette vil være et forsøk på å forstå hvordan pandemien har påvirket studenters opplevelse av ensomhet, og hvordan dette har påvirket deres hverdag som studenter.

Svar på forskningsspørsmålet er viktig for å forstå problemet fordi vi ser at ensomhet har vært et økende problem i pandemien. Det vil kunne bidra til å sette søkelys på hvordan

studenter opplever studiehverdagen og kan videre gi innsikt, mulighet for endringer og tiltak som bedrer de ulike aspektene av det å være student.

For å svare på problemstillingen har jeg gjennomført fem kvalitative dybdeintervjuer. Intervjuene er semistrukturerte og ble gjennomført via lydopptak og intervjuguiden bestod av ferdig utformede åpne spørsmål som studentene skulle svare på. Transkripsjonene er videre gjort på skriveprogrammet Word og behandlet i kodeprogrammet Nvivo og deretter er det gjennomførte en deduktiv tematisk analyse hvor jeg til slutt drøfter mine funn opp mot teori og empirisk forskning.

2. Teoretisk rammeverk

I denne delen vil jeg ta for meg ulike teorier innenfor temaet, dette er viktig for å forstå den videre diskusjonen. Det teoretiske rammeverket jeg har valgt å fokusere på er *psykososialt miljø og et trygt læringsmiljø, SHoT, tilhørighet, motivasjon, ensomhet og sosiale behov*.

2.1. Psykososialt miljø og et trygt læringsmiljø

Utdanningsdirektoratet beskriver læringsmiljø som "de samlede kulturelle, relasjonelle og fysiske forhold på skolen som har betydning for elevenes læring, helse og trivsel" (Utdanningsdirektoratet 2016, s.1). Det kommer fram at det er individets subjektive opplevelse av læringsmiljøet som er gjeldende, som vil si at hva som anses som et trygt og godt læringsmiljø er opp til hver enkelt (Utdanningsdirektoratet, 2017).

NOU 2015:2 beskriver det psykososiale miljøet som de relasjonene man har med andre på skolen og hvordan opplevelsen til studentene og de ansatte er i forhold til det sosiale miljøet. Det psykososiale miljøet er komplekst og påvirkes av en rekke faktorer som for eksempel av individer, studentgrupper, fellesskapet til studentene, normer, verdier og holdningene universitetet har.

Videre står det "ved at elevene har rett til et trygt psykososialt skolemiljø som fremmer helse, trivsel, læring og sosial tilhørighet, har de også rett til et trygt læringsmiljø, noe som er viktig for elevenes læring" (NOU 2015:2, s. 31). Læringssituasjonen er også en del av det psykososiale miljøet på skolen. En forutsetning vil da være å skape et godt miljø for læring og mestring (NOU 2015:2).

I henhold til det psykososiale læringsmiljøet i skolen har fysiske, sosiale aktiviteter og vennskap stor betydning. Spesielt kan dette føles ekstra viktig hvis man ikke føler stor mestring når det kommer til det faglige. Ved å delta i aktiviteter og tilbringer tid med venner kan det gi en mening, glede og mestring i hverdagen. Dette kan igjen øke den sosiale selvoppfatningen i en positiv retning (Buli-Holmberg & Engebretsen, 2019).

2.2. SHoT

SHoT er studentenes helse- og trivselsundersøkelse, som har som formål å avdekke hvordan norske studenter på landsbasis har det. Undersøkelsen setter søkelys på samspillet mellom studentenes helse og livskvalitet og deres prestasjoner på skole. Denne undersøkelsen vil også ha som hensikt å bedre disse momentene for å gi studentene en så god studietid som mulig (Sivertsen, 2021).

Fra undersøkelsen i 2021 kom det fram at det bare var 26% av studentene som deltok som var fornøyd med studentmiljøet. Noe som kan tyde på at pandemien og restriksjoner kan ha påvirket hvor fornøyd studentene har vært med tilbudet deres. Undersøkelsen viser også betydningen av fadderordningen som tar plass i løpet av studiestart. Det viser at det var 80% av nye studenter deltok i fadderordningen til en viss grad (Sivertsen, 2021).

I SHoT blir også temaet *ensomhet* tatt opp og det er 37% av studentene som svarer at de ofte eller svært ofte føler seg isolert, 24% sier at de ofte eller svært ofte føler seg

utenfor, og at 44% ofte eller svært ofte savner noen å være sammen med (Sivertsen, 2021).

Korona har ført med seg en mer digital verden som studentene har måttet håndtere. Det er spesielt de yngste studentene som savner bedre kontakt med andre studenter og professorene. 8 av 10 studenter melder også fra om at de syns forelesningene er mindre engasjerende og merker en distanse og manglende kontakt til andre studenter som de største utfordringene (Sivertsen, 2021).

Ekbring & Wellander viser i sin undersøkelse hvordan studenters hverdag har blitt forandret som en konsekvens av koronapandemien. Alle informantene i studien forteller at menneskene de omgås med og har kontakt med har minsket som en følge av fravær av sosiale arrangementer og fysisk undervisning (Ekbring & Wellander, 2021).

2.3. Tilhørighet

Baumeister og Leary (1995) mener at mennesker har en grunnleggende motivasjon og behov for å føle tilhørighet. Den styrer våre følelser, tanker og oppførsel med andre mennesker. Behovet handler om at mennesker har et ønske om å skape og opprettholde en viss mengde av varige, positive og betydningsfulle relasjoner til andre. Vi har et behov for å tilhøre, danne og opprettholde en viss mengde av mellommenneskelige relasjoner, dette er noe som ligger latent i oss og som er universelt blant mennesker (Baumeister & Leary, 1995).

Alle mennesker trenger å føle tilhørighet og føle seg som en del av en gruppe/samfunn/kultur, dette grunnet i at det er et grunnleggende behov vi har. Det kan også sees på som å ha en relasjon til andre mennesker og føle på en emosjonell kontakt med andre. Å føle tilhørighet er også viktig for den psykiske helsen vår. Det sosiale miljøet påvirker vår psykiske helse, fordi mening i tilværelsen ikke bare skjer på et individuelt nivå, men også i møtet med andre (Uthus, 2017).

Det handler så vel om å føle seg akseptert i det miljøet man er i, å bry seg om andre og det at andre bryr seg om deg. Tilhørighet kan være en faktor for å føle på indre motivasjon ifølge flere forskere. Det å bli behandlet med respekt og føle på tilhørighet vises også gjennom forskning å bidra til bedre mental helse, motivasjon og lojalitet. Tilhørighet er viktig i sosiale situasjoner, slik som i undervisning på universitetet. De sosiale aktivitetene som foregår burde tilfredsstille dette behovet, noe som også er dokumentert gjennom en rekke forskningsprosjekt (Skaalvik & Skaalvik, 2018).

Noen personer vil derimot oppleve problemer med å danne og ha vedvarende relasjoner til andre mennesker som vil gjøre det utfordrende å tilfredsstille behovet for tilhørighet. Denne mangelen kan føre til sinne, angst, depresjon og ensomhet. Sosial kontakt ikke er nok i seg selv for fordi når behovet for tilhørighet ikke blir tilstrekkelig møtt, oppstår ensomhet. Hvor mye tid man bruker med andre mennesker har lite å si for hvor ensom en er, det som er av betydning er kvaliteten på de relasjonene man har til andre. Vi får mye utbytte av å ha sosiale relasjoner som tilfredsstiller våre behov. De sosiale relasjonene vi har gjør oss også i stand til å lære nye ferdigheter, slik som å håndtere og løse konflikter, evnen til å kommunisere og utvikle gode vennskap (Heinrich & Gullone, 2006).

Murray snakker om et tilknytningsbehov, hvor behovet er beskrevet som en tendens til å motta tilfredsstillende relasjoner og fra en følelse av fellesskap (Hill, 1987). Murray ser på avvísing som et behov, fordi det å avvise eller snu ryggen til noen er en viktig del av

å opprettholde god mental helse. Usunne relasjoner kan skade et individs velvære og det kan da være lurt å velge bort relasjoner (Cherry, 2020). Han beskriver videre at vi har et behov for aggresjon og fornødelse og et annet behov relatert til å utøve eller motstå kontroll, som inkluderer behov for dominans, autonomi, motsetninger og likheter (Hill, 1987).

Sosial støtte handler om hvordan man opplever omsorg, noen å få råd av og hvordan man opplever sine nære relasjoner. Den sosiale støttet hjelper oss til å føle på mestring i hverdagen og gir og bedre vilkår for god helse. Den gir oss dessuten muligheten til å rådføre oss med andre, få hjelp og trøst i ulike sammenhenger (Helsedirektoratet, 2014). Sosial støtte, nettverk og tilknytning påvirkes av ulike faktorer. For eksempel vil deltakelse i ulike miljø fungere som en faktor for å styrke disse elementene, slik som å gå på skole, jobbe, delta i sport, ha verv i linjeforeningen eller andre foreninger. De sosiale relasjonene som skapes i møte med andre studenter kan ta ulike former. Lyngdorf et al. (2021) viser gjennom sin forskning at studentene hadde en generell positiv opplevelse av relasjonen til veileder gjennom digitale møter. Men for nye studenter ser det ut til å være mer utfordrende under korona fordi de ikke hadde fått etablert nære relasjoner til andre medstudenter, veiledere og professorer enda (Lyngdorf et al., 2021). Relasjonene som skapes kan gi vennskap, men også i noen tilfeller gi uønskede relasjoner, slik som klikkdannelser og utfrysning. Vi vil dras mot grupper som vi føler vi blir positivt vurdert av og som beskytter selvverdet vårt og unngår gjerne grupper, mennesker og situasjoner der en blir vurdert negativt (Skaalvik & Skaalvik, 2015).

2.4. Motivasjon

“Motivasjon kan betraktes som en tilstand som forårsaker aktivitet hos individet, styrer aktiviteten i bestemte retninger og holder dem ved like” (Manger, 2012, s.14).

Goth et al. (2021) sine funn viser at hvor det i en pandemi hvor det umiddelbart blir lagt om fra fysisk til digital undervisning savnes kontakt med andre studenter, samtidig som tilbudet studentene får av undervisning føles dårligere. Det kommer også fram i studien at flere studenter har følt på ensomheten under koronapandemien. Studien viser at studentene følte seg mindre motiverte etter innførelsen av digitale forelesninger, de nevner blant annet mangelen av fysisk interaksjon med studenter og strukturen man gjerne har i studiehverdagen (Goth et al., 2021).

Andersen et al. (2020) viser i sin kvalitative undersøkelse blant studenter på IT-Universitetet i København hvordan universitetsstudenter håndterte omleggingen av digital undervisning under koronapandemien i første semester av 2020. Det kommer frem i undersøkelsen at mangelen på sosialt samvær var den største forandringen hos mange av studentene fordi det ble en digitalisering av studiehverdagen som et resultat av koronapandemien. Betydningen av det sosiale samværet og være fysisk til stede kommer frem som betydningsfullt for studentenes læringsbytte og motivasjon. En av studentene fra undersøkelsen forteller at de opprettet en digital studiegruppe på det digitale plattformen Zoom for å kjenne på et fellesskap. Hun og flere av studentene følte seg avkoblet fra hverandre, som også svekket motivasjonen og hun begynte å lure på hva som var poenget med å skrive innleveringene de hadde. Studenten fremhever videre at hennes egen motivasjon blir skapt i fellesskap med andre (Andersen et al., 2020).

Ifølge Deci og Ryan handler indre motivasjon om gleden av å bedrive en aktivitet, mens ytre motivasjon ofte er motivert av belønning eller ytre konsekvenser. Når mennesker er indre motiverte opplever de at sine handlinger er selvbestemt. De mener at indre motivasjon leder til større psykisk velvære og mer effektiv ytelse på aktivitetene mennesker bedriver, samtidig som det gir større langsiktig utholdenhet (Deci & Ryan, 2008). Den indre motivasjonen samsvarer med ens verdier og interesser, Deci & Ryan forklarer at vi har psykologiske behov som styrer vår indre motiverte atferd. Noen av de som har fått mest oppmerksomhet er behovet for kompetanse, behovet for autonomi og selvbestemmelse, og behovet for tilhørighet (Skaalvik & Skaalvik, 2018).

Behovet for *kompetanse* handler om følelsen av å føle at man behersker utfordringer og bidrar til utholdenhet når situasjoner blir krevende. Behovet for *autonomi* og *selvbestemmelse* handler om at ens egne handlinger føles frivillig og at de bedrives ut fra egne interesser og slik blir en form for indre kontroll hos individet. Den indre motivasjonen blir redusert desto mer ytre kontroll som er til stede. Behovet for *tilhørighet* handler om å føle seg en del av en gruppe og en nærhet til andre mennesker og slik føler seg akseptert i miljøet de er i. Flere forskere har også vist at behovet for tilhørighet er en forutsetning for indre motivasjon (Skaalvik & Skaalvik, 2018).

Ytre motivasjon består derimot av en ekstern regulering, der oppførselen er en ytre funksjon som brukes for belønning og straff, og hvor regulering av handlingene er blitt delvis internalisert i individet ved for eksempel ønske om å unngå følelse av skam. Når mennesker er kontrollert opplever de press til å tenke, føle eller oppføre seg på en bestemt måte. Slik er ytre motivasjon forbundet med spenninger og krever større ressurser for gjennomføring (Deci & Ryan, 2008).

Den ytre motiverte atferden kan enten bli utført frivillig eller ufrivillig. Deci & Ryan skiller mellom kontrollert - og autonom ytre motivasjon. *Kontrollert ytre motivasjon* dreier seg om følelsen av tvang eller enn press for å gjøre en aktivitet. Forventning, befaling og belønning er noen ord for å beskrive denne formen for motivasjon. Mens *autonom ytre motivasjon* dreier seg om handling som blir gjort av eget initiativ og er frivillig. Individet ser verdien med å gjøre aktiviteten og ser på handlingen som viktig (Skaalvik & Skaalvik, 2018).

2.5. Ensomhet

Det fins ulike beskrivelser og definisjoner om hva ensomhet er. Det er forskjell på det å være alene og det å være ensom, men det er også slik at noen liker å være mer alene enn andre. Ensomhet er en subjektiv følelse og handler om et avvik fra hvordan man har det og hvordan man ønsker å ha det (Halvorsen, 2008). Ensomhet er blitt beskrevet som en subjektiv følelse av å føle seg frakoblet og en følelse av at man ikke hører til. Det kan også defineres som et opplevd avvik mellom de ønskede og de faktiske sosiale relasjonene man har (Hysing et al., 2020). En annen definisjon beskriver det som at de sosiale relasjonene man har ikke når opp til ens egne forventninger. Antallet venner man har er også blitt vist å si lite om hvor ensom en er, ensomhet er slik klart adskilt fra sosial isolasjon og det å være alene (Heinrich & Gullone, 2006). Ensomhet kan ses på som en konsekvens av menneskets behov for å høre til. Imidlertid kan ensomhet være en forbigående følelse og gjerne situasjonsbetinget, men er bekymringsverdig hvis følelsen av ensomhet viser seg å være kronisk og vedvarende. Flere studier har vist at ensomhet har en stor påvirkning på mental helse, psykososiale problemer og fysisk velvære (Heinrich & Gullone, 2006).

Ciacioppo et al. (2000) rapporterte at tilfredsstillende sosiale relasjoner var relatert til et positivt psykologisk syn og at ensomhet var relatert til økende reaksjoner til stress (Nicpon et al., 2006). Mens Catt (1998) rapporterte at ensomhet var en utfordring for førsteårsstudentene og deres oppnåelse av suksess. Andre studier har også vist at studenter som føler seg mer ensomme er mindre lykkelige og mindre tilfreds med sin tilværelse (Nicpon et al., 2006). Burger har derimot vist at ungdommer og studenter kan søke og sette pris på å være alene ved å bruke det til å unngå ubehagelige og angstprovoserende situasjoner (Burger, 1995).

Det skilles mellom forbigående, situasjonsbestemt og kronisk ensomhet. *Forbigående* ensomhet er noe de fleste kan oppleve, den er mer sporadisk og av kort varighet. *Situasjonsbestemt* ensomhet dreier seg derimot om individer som tidligere har opplevd et tilfredsstillende behov for tilhørighet nå opplever forstyrrelser slik som livsendringer/kriser og slik ikke får tilfredsstillt behovet for tilhørighet til andre relasjoner. *Kronisk* ensomhet handler om at man har følt på mye ensomhet og ikke er fornøyd med relasjonene man har og må ha vedvart i minst to år (Young, 1982).

“Et akademisk annerledesår” er en rapport som omhandler en undersøkelse som påbegynte sommeren 2020, som har til hensikt å beskrives håndteringen og konsekvensene av koronapandemien ved norske høyskoler og universitet. I undersøkelsen kom det fram at studenter savner det sosiale studiemiljøet. Over halvparten som deltok i undersøkelsen forteller at motivasjonen er lavere og at de mangler struktur i hverdagen. Over halvparten sier at de har følt seg mer ensomme. I rapporten kommer det fram at det er de yngste studentene som hadde størst savn av sosialt studiemiljø, struktur i hverdagen og opplevde mest ensomhet (Solberg et al., 2021).

2.5.1. Sosial og emosjonell ensomhet

Weiss har beskrevet en typologi av ensomhet og skiller mellom emosjonell og sosial ensomhet. *Emosjonell ensomhet* er et resultat av manglende intimt og nær relasjon til et annet menneske. Mens *sosial ensomhet* er et resultat av et manglende nettverk av sosiale relasjoner og bunner i et ønske om å være en del av en gruppe som deler felles aktiviteter og interesser (Russell et al., 1984).

Flere studier har vist at selv om de to formene for ensomhet overlapper til noen grad, ser det ut til at det skilles mellom dem. Emosjonell ensomhet er knyttet til tilknytning mens sosial ensomhet er knyttet til sosial inkludering. Skillet mellom sosial- og emosjonell ensomhet manifesterer seg forskjellige hos individer og er avhengig av konteksten hvor behovet hos individet ikke blir møtt, for eksempel kan en student være fornøyd med kollektivet man bor i, men ensom på universitetet (Heinrich & Gullone, 2006).

Ifølge Weiss skiller ikke bare sosial og emosjonell ensomhet seg fenomenologisk, men har også ulik tilnærming i hvordan de to typene av ensomhet kan reduseres. For å minske den emosjonelle ensomheten må det skapes et nytt nært forhold som gir en følelse av tilknytning, mens for å minske sosial ensomhet krever det at man går inn i et nytt nettverk av venner som gir en følelse av sosial integrering (Russell et al., 1984).

2.5.2. Sosiale behov

Weiss mener at ulike typer relasjoner trenger ulike typer mellommenneskelige eller sosiale behov. Weiss argumenterer for seks ulike sosiale behov, de er 1) tilknytning, hvor man har relasjoner til andre som man føler seg trygge og sikker i, 2) nettverk, hvor man føler seg sosialt integrert ved at man har gode og dype relasjoner til andre og føler et fellesskap og deler interesser, 3) omsorg, det at man føler et ansvar for andre mennesker og gir slik en følelse av likeverd og mening i tilværelsen, 4) anerkjennelse, hvor en person blir respektert som de er og anerkjent for deres ferdigheter og kunnskaper, 5) bistand, å kunne regne med hjelp og støtte om en skulle ha behov for det og 6) veiledning, som vil si å ha tilgang til pålitelige relasjoner og autoritære individer som kan gi rådgivning og assistanse. Han mener videre at disse må være oppnådd til en viss grad for å ikke føle ensomhet (Russell et al., 1984).

3. Metodologi

Her vil jeg forklare fordeler og ulemper ved bruk av en kvalitativ tilnærming og videre gi et innblikk i et konstruktivistisk perspektiv og forskningens pålitelighet, gyldighet og overførbarhet.

Ved bruk av en kvalitativ tilnærming har man mulighet til å endre ting underveis. Man kan gå frem og tilbake gjennom de ulike fasene og utbedre dem om det skulle være behov for det. Det kan for eksempel være at man har behov for å intervju en gang til, transkribere annerledes eller analysere fra en annen synsvinkel. Ved å bruke en slik metode kan det være utfordrende å holde seg nøytral, fordi man gjerne går inn med en forståelse av det man studerer, samtidig som man burde vise en sensitivitet over det informantene velger å dele. Det vil være viktig å skaffe tillit i relasjonen mellom informant og forsker, da man ønsker at de skal dele sine opplevelser uten å være redd for hvordan informasjonen brukes (Kvale & Brinkmann, 2021). I mitt prosjekt intervjuet jeg og transkriberte intervju før jeg tok neste, dette gjorde at jeg fikk ny innsikt i intervjuguiden, men også hvordan jeg selv tok rollen som intervjuer, og slik kunne reflektere rundt og endre intervjuguiden og min egen rolle som forsker underveis.

Innenfor kvalitative metoder blir kunnskap fra et konstruktivistisk syn skapt i fellesskap mellom informant og forsker, som gjør at begge parter har innflytelse på prosessen og hva som blir til kunnskap. Kunnskapen man kommer fram til blir slikt et resultat av den relasjonen forskeren har til informantene man studerer. *Sosiale prosesser* ble et sentralt begrep i konstruktivismen blant annet fordi de sosiale prosessene blir satt i fokus som den del av forskningsprosessen og vitenskap kan slik forstås fra et konstruktivistisk perspektiv. Relasjonen som er mellom informant og intervjuer påvirker hvordan informanten velger å fortelle sine opplevelser, samtidig som forskeren fortolker de mellommenneskelige relasjonene som har betydning for resultatet av forskningen (Thagaard, 2011).

I intervjusituasjonen er det viktig å skape tillit til hverandre. Ensomhet er et sensitivt tema som gjør det viktig å ivareta informantene slik at de føler seg trygge i situasjonen. Ved å skape en god relasjon vil nok informantene åpne seg mer og føle seg mer avslappet. På den andre siden kan nok en konsekvens av å ikke klare å skape en slik relasjon til informantene føre til at de kanskje ikke vil svare på spørsmål eller svarer uærlig eller svarer det han/hun tror intervjuer vil høre. Derfor ble det viktig for meg i mitt prosjekt å prøve å skape gode relasjoner til de jeg skulle intervju (Thagaard, 2011).

Innenfor kvalitativ forskning er det viktig å bruke kvalitative begreper rundt forskningen, derfor vil reliabilitet betegnes som forskningens pålitelighet, forskningens validitetskontroll vil bli betegnet som gyldighet og generalisering blir betegnet som overførbarhet (Thagaard, 2018).

Pålitelighet handler om hvordan vi utvikler data og den kontakten vi har etablert med informantene og de inntrykkene vi har underveis i arbeidet. Det er viktig å tenke over hvordan egne erfaringer og forforståelse påvirker dataene. I kvalitativ forskning er gode relasjoner med deltakerne viktig, fordi det er de som sitter på informasjon forskeren ønsker å vite mer om. Ved at informantene har tillit til forsker vil de dele og åpne seg mer enn de ville gjort til noen de ikke hadde fått en god og trygg relasjon til (Thagaard, 2018).

Forskningens *gyldighet* viser til resultatene og hvordan vi tolker de, det blir viktig å tenke på den tilknytningen vi har til det miljøet vi studerer (Thagaard, 2018). Jeg har tilknytning til deltakerne og miljøet ved at jeg selv går på samme universitet som informantene mine som kan påvirke hvordan studentene har svart på spørsmålene i intervjuet. Det kan være de så på meg som en likesinnet siden jeg også er student ved NTNU. Det kan tenkes at de ville svart noe annerledes om det for eksempel var en utenforstående eller en fagperson som hadde foretatt intervjuene. Min egen forforståelse av universitetet og ensomhet kan også påvirke hvordan jeg velger å tolke resultatene mine.

Når det gjelder forskningens *overførbarhet*, er det grunnet i om forskningen kan gjelde i andre sammenhenger (Thagaard, 2018). Det kan tenkes at temaet mitt er overført i den grad at det nok ikke bare gjelder de studieretningene som informantene kommer fra, men også andre studieretninger og andre universiteter. Videre vil ensomhet nok også være overførbart til arbeidslivet, skoler og lignende, siden konsekvensene av pandemien har påvirket flere, samt at ensomhet er et fenomen som mange kjenner seg igjen i.

3.1. Metode

I denne delen skal jeg gå gjennom den metoden som ble brukt i prosjektet, der jeg går gjennom *dybdeintervju, utforming av intervjuguide, transkribering, planlegging, rekruttering av informanter og forskningskonteksten*.

Det kvalitative forskningsintervjuet kan karakteriseres som informasjon som vi tror vi kommer til å få gjennom våre spørsmål, men også informasjon som informanten selv tar opp i samtalen mellom forsker og informant (Thagaard, 2018). En kvalitativ tilnærming handler menneskers handlinger og hvordan vi opplever den sosiale verden som vi befinner oss i (Ringdal, 2020).

Dybdeintervjuet er gjerne basert på åpne spørsmål og fleksibilitet, mens et strukturert intervju har for det meste lukkede spørsmål (Ringdal, 2020). Den metoden jeg har valgt å bruke i oppgaven er dybdeintervju, dette grunnet i at jeg først og fremst vil finne ut av informantenes opplevelser i forhold til det å føle ensomhet og tilhørighet i skolen. Grunnen til at jeg ikke valgte gruppeintervju er på grunn av sensitiviteten i temaet da det kanskje kunne hende at noen av informantene ikke ønsket å svare på spørsmål med flere til stede og fordi jeg som forsker da må skape tillitt til flere samtidig enn bare en om gangen. På grunn av sensitiviteten i temaet valgte jeg derfor en-til-en intervju som mest passende.

Hensikten med å bruke dybdeintervju er at forskeren skal tillegge seg nok informasjon til at problemstillingen blir besvart, men hvor mange informanter som trengs avhenger av problemstillingen og hva som er tenkt med prosjektet. I et dybdeintervju er det informanten som sitter med kunnskapen som forskeren ønsker å vite mer om. I dybdeintervju kan det gjøres lydopptak, videoopptak eller notere underveis. Jeg valgte å gjøre lydopptak i min studie slik at jeg kunne fokusere på det informanten sa istedenfor å bruke tid på å notere, fordi jeg følte det var viktig at jeg var helt til stede under intervjuet og brukte blikkontakt. Før intervjuet så jeg på det som viktig å gjenta formålet med studien til informanten(e) og forklare at informasjonen vil holdes konfidensielt og anonymiseres slik at det ikke kan tilbakeføres til dem. Ved å gi denne informasjonen kan det berolige informanten fordi de vet hvordan informasjonen som deles blir behandlet (Ringdal, 2020).

I intervjuguiden ble "Tre-med-grener-modellen" brukt. Ved bruk av denne modellen stiller man spørsmål for å få innsikt i og fordype seg i informantens erfaringer og tanker. Jeg valgte denne modellen fordi jeg ville gå i dybden av hvert tema og passer godt hvis man er bevisst hvilke tema man vil gå gjennom i løpet av intervjuet og dataene man har samlet inn kan da sammenlignes med hverandre (Thagaard, 2018).

I intervjuguiden ble det brukt semistrukturerte spørsmål som var ferdig formulert framfor for eksempel stikkord da ferdige spørsmål gir en form for trygghet for forskeren i intervjusituasjonen (Ringdal, 2020). I intervjuguiden valgte jeg å ha litt overordnede tema som jeg og informantene gikk gjennom. Dette var for å strukturere intervjuguiden til å bli mer oversiktlig både for meg og informantene. Noen av de temaene som ble brukt for å strukturere intervjuguiden var bl.a. "Betydningen av det sosiale miljøet på skolen" og "Tanker rundt begreper/påstander". Under hvert tema var det da konkrete spørsmål som jeg ønsket svar på. Intervjuguiden ble også endret etter hvert da jeg så at informantene raskt kom inn på temaet om ensomhet selv om jeg hadde et eget tema/kategori om det lenger ned i intervjuguiden.

Ifølge Kvale og Brinkmann (2021) er intervjusituasjonen et asymmetrisk maktforhold, selv om det kan være en gjensidig forståelse av hverandre. Det er intervjueren som stiller spørsmål og bestemmer temaet for intervjuet, hvilke spørsmål man ønsker å gå dypere i, og den som avslutter samtalen. Intervjuet går enveis, ved at det er forskeren som stiller spørsmålene mens informanten sin oppgave er å svare. Samtidig er det forskeren sin oppgave å fortolke det som blir sagt gjennom transkribering og analyse (Kvale & Brinkmann, 2021). I mitt første intervju følte jeg at intervjusituasjonen var mer gjensidig, fordi jeg kom med flere innspill og synspunkt på tematikken enn jeg hadde trengt, som kunne ha påvirket det informanten fortalte. Etter første intervju fikk jeg reflektert over måten jeg var som intervjuer og syns derfor de andre intervjuene ble forbedret ved at mine egne synspunkter ikke var så fremtredende under intervjuet.

3.1.1. Transkribering

Ved at jeg fikk transkribert første intervju før jeg tok neste kunne jeg reflektere over hvordan jeg var som intervjuer, og velge å endre både min egen væremåte og intervjuguiden underveis. Jeg fikk slik reflektert over hvordan jeg var som intervjuer i ettertid når jeg hørte gjennom lydopptaket og transkriberte som gjorde at jeg fikk nye ideer til hvordan neste intervju kunne være.

Når det kommer til transkribering finnes det ingen objektiv oversettelse fra muntlig tale til skrift og derfor blir det viktig at forskeren velger den typen transkripsjon som passer best for ens eget prosjekt. Den formen jeg valgte å bruke i mitt prosjekt var mer samtalepreget, fordi jeg ikke er så opptatt av selve språket, men heller innholdet i det informantene fortalte, fordi jeg tenker at det var enklere å analysere datamaterialet når man tok vekk uvesentlige elementer som ikke trenger å transkriberes (Kvale & Brinkmann, 2021). Jeg valgte å ta bort egne unødvendige ord slik som "mhm" og "ja, ikke sant" når informanten snakket fordi det ville gjort transkriberingen mer oppstykket. Jeg syns ikke det var nødvendig å ha med i transkripsjonene og ga dessuten mer flyt i datamaterialet mitt.

Etikk er viktig å tenke på under hele prosjektet og informasjonen som informantene deler skal ikke kunne tilbakeføres dem, og det blir viktig å beskytte deres konfidensialitet (Kvale & Brinkmann, 2021). For å sikre dette blir det bruk fiktive navn på informantene og deres eksakte alder vil heller ikke være nevnt.

3.1.2. Planlegging

Planlegging er en stor del av prosjektet fordi man må finne ut hvilken metode som er ønskelig, hvor mange informanter man vil ha, hvordan man skal kontakte dem, hvordan intervjuguiden skal utformes samt hvordan man ønsker å transkribere og analysere. I planleggingen burde man tenke på hvor mange informanter man trenger til undersøkelsen, snakker man gjerne om et *metningspunkt*. Dette betyr at man skal ha med så mange informanter som man føler det er behov for å svare på problemstillingen. Å transkribere og gjøre gode analyser er tidskrevende og må tas med i betraktning når det gjelder antall informanter (Thaagard, 2018). I min oppgave valgte jeg å intervju fem personer, da jeg følte at dette kom til å være nok informanter til å svare på problemstillingen min. Samtidig er det viktig å tenke på tiden man har til rådighet og at deltakelsen er frivillig og at informantene i studien slik kan trekke seg når som helst under prosjektet.

De nasjonale forskningsetiske komiteer (NESH) har retningslinjer på hvordan man skal opptre som forsker i forhold til etiske retningslinjer. Jeg ser på dette som sentralt i min oppgave fordi det har betydning for hvordan jeg presenterer mine forskningsresultater fordi jeg håndterer opplysninger om personer og informasjon som kan identifisere deltakerne og det er da min jobb å behandle opplysningene slik at dette ikke forekommer. Prosjekter som omhandler personopplysninger og som blir foretatt på forskningsinstitusjoner, høyskoler og universiteter er meldepliktige og skal sendes inn til Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD) og må påvente godkjenning før prosjektet kan starte (Thagaard, 2018).

I min oppgave valgte jeg å lese meg opp på ulike teorier om ensomhet og tilhørighet for å få en større forståelse og innsikt i det jeg ville undersøke og slik ramme inn intervjuguiden ut fra teori og eget interessefelt. De teoriene jeg så på som sentrale for oppgaven var blant annet teorier om tilhørighet, motivasjon og teorier rundt ensomhet. Dette gjorde at jeg visste mer hvilke spørsmål jeg ville stille og hva jeg finne ut av, samtidig som det gav meg inspirasjon til utformingen av intervjuguiden.

Før intervjuet startet informerte jeg informantene muntlig om at det var frivillig deltakelse, at deres personopplysninger ikke vil kunne tilbakeføres til dem, at de kunne trekke seg når som helst under prosjektet og hvis de ville ha pauser eller spørsmål de ikke ville svare på så gikk det greit. Informantene fikk også et skriv om prosjektet som de skrev under på (se vedlegg 8.2.), som beskrev prosjektets formål og hvordan opplysningene ville bli behandlet.

En vanlig metode for å velge ut informanter er å bruke *snøballmetoden* som går ut på at man kontakter noen som kunne passet til prosjektet og deretter spør man dem om de kjenner noen som kunne vært kvalifisert enten ved at informantene spør selv eller om man får kontaktinfoen til noen som kunne vært relevant for prosjektet. Problemet med å bruke en slik metode er at informantene som blir utvalgt kan være bekjente av hverandre og oppholde seg i samme miljøet som mulig danner et annet bilde av det man ønsket å undersøke i utgangspunktet (Thagaard, 2018). I min oppgave ble denne metoden best egnet fordi det ble utfordrende å finne nok informanter med den tiden som var til rådighet.

Da jeg skulle rekruttere informanter fikk jeg ei venninne som var læringsassistent i to emner på førsteåret i pedagogikk til å legge ut et innlegg på studentportalen Blackboard om prosjektet mitt. Videre fortalte hun også om prosjektet mitt på et seminar for førsteårsstudenter som gjorde at jeg fikk min første informant og fikk gjort det første intervjuet ganske kjapt. Jeg sendte e-post til administrasjonen innenfor Institutt for pedagogikk og livslang læring og spurte om de kunne legge ut et innlegg på Blackboard samt at en professor la ut et innlegg på sitt emne via samme kanal. Dette gav ikke noe videre utslag, og bestemte meg da etter råd fra min veileder å møte opp i en forelesning hos førsteårsstudentene i pedagogikk for å rekruttere flere, dette gav meg i ettertid en informant til.

Jeg hadde i utgangspunktet tenkt at informantene skulle være førsteårsstudenter i pedagogikk, men da ingen flere meldte seg, så jeg det som nødvendig å prøve andre metoder for rekruttering da jeg merket at tiden begynte å bli knapp. Jeg utvidet søket mitt ved at jeg skrev ut ark med en QR kode som jeg hang rundt på NTNU Dragvoll som studentene kunne skanne for så å komme direkte til min e-post. Dette gav meg en informant til, denne personen gikk master i psykologi.

Deretter var det en venninne som visste av noen som mulig kunne stille og da fikk jeg rekruttert en informant som gikk første året i historie. Slik ble snøballmetoden brukt for å innhente flere informanter til prosjektet. Den siste informanten min var en bekjent som kom innom jobben min som også skrev master og gjerne ønsket å stille i mitt prosjekt og det var slik informantene i denne oppgaven ble rekruttert.

3.1.3. Forskningskontekst

På nettsiden til NTNU (Norges tekniske og naturvitenskapelige universitet) blir universitetet beskrevet ved å ha et stort utvalg av ulike studieretninger, stor faglig bredde og et universitet som er internasjonalt orientert. I korte trekk har årsstudium i pedagogikk en hovedvekt på samspillet mellom mennesket, miljø og samfunn mens man i årsstudium i historie lærer å forstå hvorfor verden har blitt som den er. I den utvalgte psykologimasteren blir det i brede trekk lagt vekt på læring- og utviklingsprosesser hos individet.

Årsstudium i pedagogikk

‘Guro’ er i starten av 20 årene og går årsstudium i pedagogikk, har ikke studert tidligere og tenker ikke å gå videre med studiet. ‘Anders’ er i midten av 20-årene og tar et årsstudium i pedagogikk, men ønsker å gå videre til bachelor, han har også studert en rekke emner og studier tidligere.

Førsteåret på historie

‘Ivar’ er i starten av 20-årene og går første året på bacheloren sin i historie. Ivar fikk for seg at han ville studere historie når han var ferdig på folkehøgskole.

Master i psykologi

‘Mari’ er i slutten av 20 årene og går siste året på master i psykologi og ønsker å fortsette som forsker etter masteren, hun har også studert bacheloren sin i en annen by før hun begynte på NTNU i Trondheim. ‘Oda’ er også i slutten av 20-årene og går siste året master i psykologi og tok også bacheloren sin i Trondheim og har selv studert andre fag og studier tidligere både i Trondheim og utenbys.

Etter intervju

Noen informanter kan være ‘lettere’ å intervjuer enn andre, noen informanter kan prate i vei uten at intervjuer trenger å stille så mange spørsmål, mens med andre må man nesten hale ut svarene og derfor kan også lengden på intervjuene variere (Ringdal, 2020). Blant annet varte et av mine intervjuer i ca. 1,5 timer mens et annet varte i ca. 17 minutter. Noe av grunnen til dette kan være at den første informanten hadde studert før og kunne sammenligne mye fra tidligere studiested mens den andre informanten studerte for første gang og hadde slik ikke samme studieerfaring som noen av de andre.

3.2. Analyse

I denne delen skal jeg ta for meg om *fenomenologi og hermeneutikk* som viser hvilket fortolkningsperspektiv som er brukt, og videre vil jeg ta for meg om *tematisk analyse* for å vise analysemetoden som ble anvendt for å komme fram til funnene i datamaterialet.

3.2.1. Fenomenologi

Innenfor fenomenologi står den subjektive opplevelsen og det å skape en dypere mening av individers erfaringer sentralt. Forskeren får mulighet til å reflektere over eget standpunkt og egne erfaringer og slik danne et utgangspunkt for forskningen. Den ytre verden blir i bakgrunnen mens individers opplevelser blir det sentrale. Fenomenologi bygger på hvordan individene opplever sin virkelighet og det blir da viktig å se verden fra deres ståsted (Thagaard, 2011). For mitt prosjekt ble intervju mest egnet å bruke fordi jeg ville gå i dybden på informantenes tanker, opplevelser og følelser rundt ensomheten de kan føle på i studiehverdagen.

3.2.2. Hermeneutikk

Ordet hermeneutikk kommer fra det greske ordet "hermeneus" som betyr fortolker eller tolk (Hjardemaal, 2011). En hermeneutisk tilnærming handler om at fenomener kan fortolkes på flere nivåer og at en kan fortolke mening ut fra et dypere nivå ved å se det fra en større helhet. Hermeneutikk må forstås ut fra den situasjonen vi oppfatter den i og samtidig forstå at det ikke finnes en endelig sannhet, fordi vi oppfatter verden forskjellig (Thagaard, 2011).

I mitt prosjekt kunne kanskje intervjuene og informantenes opplevelse vært veldig annerledes om det ikke var for koronapandemien og nedstenging av samfunnet, for eksempel hvis intervjuene hadde foregått for bare to år frem eller tilbake i tid. Det kan også hende at fadderordningen som er på starten av studiet hadde spilt en annen rolle for studentene hvis det ikke var for korona og den avstanden en var nødt til å holde til hverandre.

Hermeneutikk kan sies å være læren om hvordan tekster fortolkes. Meningen med en slik fortolkning er å vise oss betydningen av teksten og at vi med å fortolke kan vise hvordan man kan oppnå en allmenn og gyldig forståelse (Kvale & Brinkmann, 2021). Innenfor hermeneutikken har vi også den *hermeneutiske sirkel*, som er at en både må se delene, men også helheten når vi fortolker en tekst. Ut fra helheten av en tekst forstår vi også de enkelte delene bedre (Hjardemaal, 2011).

Hans-Georg Gadamer mener at vår forståelse er preget av våre fordommer, som han mener er viktig fordi meningen til en tekst skapes gjennom konteksten vi befinner oss i. Med fordommer menes vår forforståelse i møte med en tekst. Han mener vår forforståelse er avhengig av hvem vi er, fordi vi har med oss en bakgrunn av som er personlig, kulturell og historisk som preger vår forståelse. Han mener også det er viktig å ha denne forforståelsen i møte med andre mennesker og omgivelsene rundt oss (Hjardemaal, 2011). Hermeneutikken kan slik lære kvalitative forskere og se utenfor her- og-nå situasjonen og se intervjuet i en større kontekst (Kvale & Brinkmann, 2021).

I prosjektet hadde jeg også med min egen forforståelse av temaet som nok kan være positivt ved at man prøver å finne svar på det man lurer på, samtidig som dette også kan føre til ledende spørsmål og tap av verdifull informasjon fordi man velger bort og fokuserer på annen informasjon.

3.2.3. Tematisk analyse

Når jeg skulle velge analysemetode ønsket jeg å bruke den tilnærmingen hvor jeg kunne gå i dybden på hvert tema og hvor jeg kunne sammenligne og se sammenhenger i datamaterialet.

Tematisk analyse er en metode for å systematisk organisere, identifisere og få innsikt i mønstre av mening og temaer i datasettet. Tematisk analyse gir muligheten til å gi mening til kollektive eller delte meninger og erfaringer. Forskeren har slik mulighet til å se på ulike sider av temaet og utforske problemstillingen, analysere hele datasettet eller gå i dybden på et fenomen i datasettet (Braun & Clarke, 2012). Her vil studenters erfaringer rundt ensomhet under koronapandemien stå i fokus.

Ved deduktiv tilnærming tar man utgangspunkt i begreper fra annen teori eller fra prosjektets problemstilling for å lage kodene, en fordel med det vil være at man på forhånd vet hvilken koder man ønsker å bruke som kan være en fordel når man foretar intervjuet. En ulempe med å bruke en slik tilnærming er at kodene vi ønsker å bruke må være sammenhengende med de informantene bruker for å gi en sammenheng i analysen fordi selve kodene ikke blir knyttet til empirien. I en induktiv tilnærming ville man utviklet kodene ut fra utsagnene til informantene, og passer nok godt om man ikke vet så mye om temaet på forhånd eller om det er et tema det ikke er forsket så mye på (Thagaard, 2018).

Jeg bruker i min oppgave en *deduktiv* tilnærming, som er en ovenfra- og ned tilnærming. I min oppgave betyr det at kodene og temaene mine i grunn er fra mine egne ideer og konsepter som jeg som forsker mener er viktige for å besvare forskningsspørsmålet (Braun & Clarke, 2012). Analysen min tar utgangspunkt i intervjuguiden min og kodene og temaene mine er nært knyttet den. Jeg synes det passet godt siden temaene mine samsvarer med det informantene fortalte.

Braun & Clarke introduserer seks faser for å gå fram i en tematisk analyse, man kan i analysen gå fram og tilbake og revidere de ulike fasene underveis.

Første fase er å bli kjent med dataen som ble gjort, det jeg gjorde var å sette meg inn i dataene ved høre på lydopptak og transkribere det som blir sagt i intervjuene. Å lese data som data vil si å lese ordene aktivt, kritisk, analytisk og begynne å tenke på hva de faktisk betyr og hva de mente med å si det. Formålet med denne fasen er å bli kjent med innholdet i datasettet og begynne å se ting som kanskje kan være med å besvare forskningsspørsmålet (Braun & Clarke, 2012).

Andre fase er hvor dataen vi har samlet inn systematisk analyseres gjennom koding. koder identifiserer og gir en slags merkelapp for et trekk av dataene som potensielt kan være relevant for forskningsspørsmålet. Jeg tok utgangspunkt i intervjuguiden når jeg lagde de ulike kodene, som ser ut til å ligge nærmest den semantiske tilnærmingen fordi denne typen typisk ligger nært til innholdet i datamaterialet og til informantenes meninger (Braun & Clarke, 2012). Noen av de kodene jeg laget var blant annet *ansvar for egen inkludering, droppe ut og studiehverdagen*.

Tredje fase handler om skiftet fra koder til temaer. Et tema fanger noe viktig i dataene i forhold til problemstillingen og representerer et mønster eller en mening i datasettet. Denne fasen handler om å gjøre en gjennomgang av kodene og identifisere likheter mellom dem, se om de overlapper hverandre og slik kunne gruppere koder som hører sammen og se sammenhengende og meningsfylt mønster (Braun & Clarke, 2012). Mine temaer er nokså overlappende i forhold til hverandre, da mange av temaene henger tett

sammen. For eksempel er *ensomhet* knyttet til *korona* som igjen er knyttet til *kontakten med medstudenter/professor*. Denne fasen ble avsluttet med å samle datautdragene som jeg ser på som viktig innenfor de ulike temaene jeg har valgt.

Den fjerde fasen er en prosess hvor de ferdige temaene blir sett i lys av de kodete dataene. I hovedsak dreier denne fasen seg om kvalitetssikring. Det første steget er å sjekke temaene mot utsagnene i datamaterialet og se om temaene fungerer i forhold til dataene. Deretter skal man gå gjennom temaene sine og se om de tar opp det jeg ønsker å få svar på. Målet er å få et sett med temaer som fanger opp det viktigste og mest relevante i dataene i forhold til problemstillingen (Braun & Clarke, 2012). Mine temaer er nøye gjennomgått for å fange opp det jeg synes var mest interessant og som best bidro til å besvare min problemstilling.

Den femte fasen handler om å definere og navngi temaer, når man definerer temaene sine må man tydeliggjøre hva som er spesifikt og unikt med de ulike temaene, dette kan gjøres blant annet ved å summere opp essensen av hvert tema i noen korte trekk (Braun & Clarke, 2012). Mine temaer har et enkelt fokus, er relatert til hverandre og overlapper i en viss grad da temaet rundt ensomhet er nokså komplekst. Videre i den analytiske fortellingen beskriver jeg hvorfor jeg synes mine utsagn er interessante og hvorfor de er relevante og viktige.

Den sjette og siste fasen handler om produksjon av rapporten, som her er masteravhandlingen (Braun & Clarke, 2012). Meningen med avhandlingen vil være å skape et bidrag til forskningsfeltet om ensomhet blant studenter og hvordan pandemien har påvirket deres tilværelse.

4. Funn

I denne delen vil jeg presentere temaene som kom gjennom den tematiske analysen av det empiriske materialet. Temaene er *sosiale arenaer og ensomhet*, *relasjoner* (med studenter og professor), *veien videre og ansvar for egen inkludering*. Her vil jeg redegjøre for ulike utdrag studentene fortalte under intervjuet og som jeg trekker frem som viktige for å besvare problemstillingen.

4.1. Sosiale arenaer og ensomhet

Informantene fikk spørsmål rundt hva de tenker når de hører begrepet ensomhet og da var det flere av studentene som mente at de kunne ha folk rundt seg, men fortsatt føle på det å være alene fordi de ikke har en tett nok tilknytning til de de studerer sammen med og da blir sittende alene med tankene og følelsene sine.

Da tenker jeg på folk som ikke har noen å prate med om ting de går og føler på. Og folk definerer jo gjerne ensomhet litt annerledes, fordi du har jo folk som har sykt mange venner, men som føler seg ensomme, men kun fordi de sitter inne med de tankene og følelsene sine som de faktisk ikke har noen å snakke om det med. Så det er vel det jeg legger mest i ensomhet. For du kan jo ha sykt mye venner og likevel føle deg ensom. Da har du jo ingen å snakke med, tenker jeg (Oda).

Ensomhet vil jeg si er en følelse av å være alene da. At du kan ha mennesker rundt deg, du kan ha venner eller familie rundt deg, men at du ikke føler at du har en tilknytning. At du sitter alene i dine problemer, uten helt å vite hvor du skal gå eller hvor du skal søke hjelp på en måte (Mari).

Dette kan være med å illustrere at man kan kjenne på det å være ensom selv om man har andre rundt seg. Ensomhet vil for Oda si å sitte inne med tankene og følelsene sine og ikke ha noen å prate med dem om. Noe vi også kan kjenne igjen i Mari sin beskrivelse som sier at man kan ha folk rundt seg, men som man ikke føler en tilknytning til. Ut fra beskrivelsene til Oda og Mari ser det ut som at relasjonene de har til andre må ha en nærhet og følelse av tilhørighet for å være betydningsfulle.

Under intervjuene kom det også fram at noen av informantene mente at ensomhet er et tema som er tabubelagt og som kan være vanskelig å være åpen og snakke om. En av informantene påpekte også at det hadde vært fint om det var mer åpenhet rundt temaet fordi det da er enklere å hjelpe de som er utsatt:

Det hadde vært en fordel om jeg også var mer åpen om at jeg var ensom i den perioden jeg virkelig følte meg ensom. Så ja, uten tvil tror det er veldig viktig. Tror det er fint for mange, og vært ærlig og åpen om det. Fordi det åpner opp muligheten, og man får lyst til å gjøre noe når man hører at noen er ensom. Da har man lyst å gjøre noe med det (Ivar).

Ivar forteller at det ikke er så lett å bare gå rundt og fortelle om egen ensomhet som bekrefter at det ikke er et tema som han tar lett på. En annen informant forteller også at hun føler at ensomhet er et tabubelagt tema i samfunnet blant annet ved at studenten forteller at "Hele stereotypien rundt studentlivet er jo at du er en vennegjeng som du har resten av livet ditt"(Mari). Ut ifra dette kan man tenke seg at ensomhet sann sett er et sårt tema, som det ønskes å sette et større søkelys mot.

Ivar forteller at han har håp for framtiden og at pandemien kan ha en positiv virkning på det å kjenne på ensomhet i framtiden.

Forhåpentligvis så i lys av pandemien tror jeg at tabuet av ensomheten er på vei ut. Jeg håper i hvert fall det. Så, ja. Det er tabubelagt, men forhåpentligvis på vei ut, det har alle godt av tror jeg (Ivar).

Ut fra dette forstår Oda og Mari ensomhet som annet enn kun det å være alene, men at det handler om å ikke føle nærhet og tilknytning til andre selv om man har mennesker rundt seg. I tillegg pekes det på at ensomhet som et tema er tabubelagt og noe som det ikke snakkes så frittalende om. Dette til tross for at Ivar gjerne skulle ønske han var mer åpen om det, men opplever det også som utfordrende.

I lys av koronapandemien kom det fram at alle informantene har merket at det har vært faglig tyngre å motivere seg for å studere. En av studentene forklarte at en årsakene til at det ble sånn var at det var mye digitale forelesning og lite oppmøte på skolen som gjorde at de følte at deres sosiale behov ikke ble møtt fordi de måtte være mye alene.

Så i starten når det først kom restriksjoner i oktober 2020, var det sånn "jaja, dette går fint jeg har jo skole og trening, det går bra". Men så bygde det seg opp et sosialt behov som jeg ikke fikk oppfylgt gjennom de digitale møtene og sånne ting. Og da begynte jeg å søke ut til kjæresten i stedet, at jeg dro heller til han for å få den sosiale inputen. Men det isolerte meg litt mer fra de som prøvde å møtes i Trondheim. Og da når jeg kom tilbake orket jeg ikke å engasjere i dem, fordi jeg følte meg så utenfor. Så det bygde seg opp over en lang periode. Og da når det var digitalt under hele våren 2021 så kom det til april og jeg var bare ferdig, jeg var så ødelagt på det tidspunktet at jeg klarte ikke å fungere så jeg holdt på å droppe ut på grunn av det for jeg bare... ringte kjæresten, gråt, og var sånn jeg orker ikke mer av dette, jeg kan ikke leve sånn her, det er ikke sånn her det skal være, man skal ikke måtte våkne og bare "faen, en dag til". Og, så det var jo selvfølgelig mange faktorer som kom opp på det, som gjorde at jeg følte at jeg ikke helt mestret det faglige på det tidspunktet, men jeg vil si at den store faktoren som fikk ballen til å rulle og fortsatte og dytte litt på ballen når den begynte å stoppe var ensomheten (Mari).

Jeg finner det interessant med det Mari som er at når hun prøvde å nå ut til en person som hun følte tilhørighet og tilknytning til (hennes kjæreste) gjorde dette at hun følte seg veldig utenfor og isolert fra andre (sine medstudenter). Det virker også som situasjonen med digitale forelesninger gjorde Mari veldig frustrert fordi hun følte seg så ensom som student at det kom til et punkt der hun vurderte å droppe ut fordi hverdagen ble veldig utfordrende.

I intervjuet kom det også fram at ensomheten som opplevdes blant studentene skyltes blant annet pandemien som vi har stått ovenfor, der en av studentene forteller om at selv når de prøvde å ta initiativet til å finne på noe med andre ble det vanskelig å gjennomføre, og gjerne gjorde at det ikke ble nå av i det hele tatt. Ikke bare sosiale hendelser, men også faglig som var en følge av korona. Men tross denne motgangen ser også studenten lyst på veien videre.

Ja, det er jo det som er lyset i tunnelen, at jeg er temmelig sikker på at det blir bedre. Men uten tvil at jeg har følt meg ensom i løpet av det siste året. Det er rett og slett kun et resultat av den der covid. Det er jeg sikker på, i hvert fall for min del. Det har på en måte vært.. det er ikke så ofte at jeg tar initiativet selv for å gjøre ting med folk, fordi jeg syns det er greit og vær alene av og til. Men når det var covid da, men når jeg først tok initiativ til å gjøre noe, da så var det vanskelig å få til. Da endte man jo opp med at det ikke ble noe i det hele tatt. Det var ikke kun det sosiale, men også i forhold til skole. At vi skulle ha seminar, men det går ikke på grunn av covid (Ivar).

4.2. Relasjoner

I denne kategorien ble det stilt spørsmål rundt hvordan kontakten er med andre medstudenter på studiet og om hva de tenker rundt ordet tilhørighet, det sosiale miljøet og om de har noen å snakke med følelsene sine om på studiet.

Oda mener at de studentene som hadde gått på en annen skole før de begynte på master har blitt en større kjerne og de som har samme veileder henger mer sammen. Mens de som allerede har gått på NTNU fra før er litt rundt omkring. Hun forteller videre at de har en snapchatgruppe men at hun ikke er spesielt aktiv der, men heller en tilskuer fordi det er så lenge siden hun har svart at terskelen har blitt for høy. Det virker som Oda er mer likegyldig til det å bli kjent med nye enn de andre studentene, enn av grunnene til det kan være at hun allerede har studert og er kjent i byen som igjen nok har ført til et større nettverk enn mange av de tilflyttende har.

Jeg tror de som kom utenifra er blitt en kjerne. Fordi de la mye mer vekt på det å bli kjent med hverandre. De av oss som var på NTNU fra før av, svever litt rundt. Mange av de som har samme veileder henger i klynger. Det vet jeg. Men de er ikke solid kjerne nei. Vi har en snapgruppe, men den er det bare en håndfull med folk som bruker aktivt. 4-5. resten av oss er bare tilskuere. For nå er det så lenge siden jeg har kommentert, så nå har jeg ikke lyst å gjøre det lenger. Terskelen er litt for høy (Oda).

Oda forteller her at hun ikke er aktiv i snapchatgruppen fordi terskelen er blitt for høy for å delta og dette har nok litt likhetstrekk med slik Mari følte det, fordi hun følte seg isolert og utenfor når hun kom hjem fra besøk fra kjæresten som videre gjorde at hun ikke klarte å engasjere seg og kanskje tørre å nå ut til de andre som studerte i Trondheim.

Det ble stilt spørsmål om studentene hadde noen å prate med om de hadde behov for det, og der var det nokså delte meninger, der noen følte de hadde den muligheten til å snakke med andre om sine problemer og følelser mens andre ikke hadde det. Noe av grunnen til dette kommer fram som en manglende tilknytning til andre studenter på skolen.

Jeg tror ikke jeg ville gått til noen av dem hvis jeg hadde slitt mentalt, fordi det er ingen av dem jeg er så nære at jeg føler at jeg kan gjøre det å få en god støtte, men hvis det er et eller annet som skjer i forhold til faglig eller hvis det er noe jeg sliter med på skolen så ville jeg definitivt gått til dem. Men det er også noe som er kommet nylig, de siste to månedene vil jeg si. Før januar så ville jeg ikke i det hele tatt gått til noen av dem for noe egentlig, og det er ikke fordi dem ikke er gode personer, men kun fordi jeg ikke føler jeg har den tilknytningen (Mari).

Det kommer fram i intervjuet til Ivar at han enkelt kan samhandle med andre på skolen, men at det ikke er noe videre tilknytning og sosialt miljø. Men ut ifra hans utsagn kan man se en undertone om et ønske om at det skulle vært noe mer enn bare det.

Jeg har ikke noe videre sosialt miljø på skolen, i den form at jeg bare kjenner et par av de jeg studerer sammen med. Jeg kan enkelt finne meg noen å ta en kopp kaffe med i pausen på forelesning eller whatever. Men ellers enn det er det ikke noe særlig sosialt miljø (Ivar).

Ivar mener videre at relasjonen til sine medstudenter er hovedsakelig fagrelatert, men at det alltid er noen man kan slå av en prat med. Noe Guro også mener og sier at du kan finne noen å prate med i forelesning, men at du kanskje aldri ser dem igjen etterpå. Dette kan være med på å illustrere hvor stor klassene på universitetet kan være og at det kan være vanskelig å finne tilbake til mennesker man har fått kontakt med.

Videre forteller Ivar om forventningene han hadde til studiet og kontakten med sine medstudenter, der han blant annet forteller:

Hadde jo sett for meg å komme i kontakt med folk som jeg på en enkel måte kunne sittede meg ned og jobbet med. Finn på noe som er sosialt eller noe faglig eller whatever. Men jeg sitter ikke igjen med mange der nei. Et par stykker hvis man slumper til noe veldig løst så får man til noe. Hadde jo sett for meg et større sosialt miljø. Men samtidig er det jo nesten 200 stykker som tar faget liksom. Så det er jo veldig stor spredning i folket da.

Ivar hadde sett for seg flere og større tilknytning til de han studerer sammen med, og mener at antallet av de som går i klassen hans kan ha noe med det å gjøre fordi det blir mange mennesker å forholde seg til.

Oda ble spurt om hva hun tenker når hun hører ordet *tilhørighet* og det mener hun er å være i konkrete båser som er tillitsfulle og slik føle at man hører til en plass.

Det legger jeg i at man føler at man hører til en plass, verv eller klassemiljø eller vennegjeng eller ja. Man kan sette seg selv i noen konkrete båser. Med tillitt (Oda).

Mari beskriver også hva det betyr for henne å ha faste mennesker hun møter hver dag på et fast sted. I lys av dette virker det som om hun setter pris på å ha et solid nettverk fordi hun da får et miljø som er knyttet til som gir en struktur i hennes hverdag.

Det var noen venninner av meg som lo veldig av meg når jeg sa det, men det å ha et fast kontor med faste kolleger rundt deg der du kan gå til lunsjrommet og er kollegene der, det er de samme menneskene der, du har mulighet til å skaffe deg et nettverk. Og dem var bare sånn 'hæ hvorfor, det er en spesiell ting å glede seg til'? Og jeg var bare sånn 'det er det jeg gleder meg mest til, å ha det miljøet' (Mari).

Videre forklarer Ivar at hans tilhørighet til studiet er økende.

'Tilhørigheten min til studiet og universitetet er jo stadig økende da' (Ivar).

Han begrunner dette i at han nå har kommet i en rytme hvor han sitter på campus og jobber, og forteller at han ikke følte han studerte før etter julen fordi tilhørigheten da var så å si fraværende fordi han bare leste og skrev litt. Grunnen til dette kan være at Norge åpnet opp igjen etter pandemien noe som gjorde det mulig for studentene å møtes igjen på universitetet. Det kan også tenkes at det tar litt tid å bli kjent etter en periode med lite fysisk oppmøte.

Mari forklarer hvordan det var å komme fra et tidligere veletablert miljø med stor tilknytning og stort nettverk til å komme til NTNU under en koronapandemi.

Det ble veldig spesielt på grunn av korona og siden jeg allerede hadde studert så ble det en stor kontrast å gå fra et veletablert miljø med mange tilknytninger og stort nettverk til å komme hit og bare føle at det ble droppet ut (Mari).

Hun forklarer videre at hun forventet at studentene skulle være mer tatt vare på, spesielt fordi det er på masternivå og fordi:

Vi vet jo hvor viktig dette sosiale aspektet er, vi vet hvordan psyken blir påvirket når det er så store restriksjoner på sosial kontakt og likevel var det nesten ikke lagt opp til noen ting. Det eneste var linjeforeningen som prøvde litt her og der, men det var jo en gang i måneden kanskje. Så ja, rett og slett hadde jeg litt høyere forventinger til at et psykologistudie ville vært litt mer på rett og slett.

Mari forklarer at hun hadde større forventinger studiet sitt og hvordan studentene ble ivaretatt. Hun forklarer også at man i et psykologistudie vet hvor viktig det sosiale aspekter er og hvordan vi mennesker blir påvirket av det. For Mari virker det som om det å gå på NTNU ble en kontrastfylt opplevelse fra der hun studerte før, fordi hun hadde tilhørighet og et godt miljø tidligere til å komme hit og ikke føle på de samme følelsene.

Noe av grunnen til dette kan også være at det er vanskeligere å bli kjent med nye mennesker under en pandemi, samtidig som NTNU er et stort universitet og at mange nok har studert sammen på NTNU før de begynte på masteren og allerede har et etablert miljø.

Det jeg tolker ut fra utsagnene er at det er en manglende tilhørighetsfølelse i studiehverdagen. Det kommer fram at det ikke er noe spesielt sosialt miljø, men at tilhørighetsfølelsen virker til å øke som et resultat av at det har åpnet for mer fysiske forelesninger. Det kommer videre fram at noen av studentene hadde større forventninger til det å komme til universitetet, men at det har vært en større utfordring enn det de hadde sett for seg.

Studentene ble også spurt hvordan kontakten med professorene/foreleserne var. Ut fra intervjuene kom det fram at det er et stort sprik blant professorene, der noen er flinkere til å skape kontakt med sine studenter enn andre. Guro forklarer at det er en foreleser som oppfordrer til å delta aktivt og bruker et program på nett kalt Menti hvor studentene kan legge inn svar om hva studentene ønsker og mener.

Noen er bedre enn andre, det er noen som bare prater i 1,5 timer også er det 'takk for i dag', også er det noen som ønsker at vi skal delta muntlig og skru på mikrofonen for eksempel hvis det er digitalt. Og oppfordrer til å skrive i chatten. Også er det ei som vi har nå, husker ikke hva hun heter. Men hun har sånn Menti, der man skriver inn svar så får hun det inn på sin (...). Så hun bruker mye av det, fordi hun vil jo faktisk høre hva vi har å si (Guro).

I lys av dette kan studentene føle seg sett og hørt i større grad ved at foreleseren ønsker å høre deres meninger.

Ivar syns kontakten til professorene er dårlig og mener at professorenes relasjonelle kompetanse varierer i stor grad. Han er veldig fornøyd med den ene foreleseren i seminarene de har nå, men viser stor misnøye til foreleseren de hadde forrige semester. Han syns også at det blir en mer klasseromsfølelse i seminarene fordi man kan få diskutert faget i større grad enn en vanlig forelesning.

Dårlig da, det er seminarene og det er det nærmeste du kommer en professor da. Litt heldigere det semesteret her da, fordi hun vi har nå er helt fenomenal, veldig utadventt, flink dame. Forrige semester var jo helt ubrukkelig, gikk jo ikke an å prate med i det hele tatt. Om noe som var faglig relatert i det hele tatt. Men det er jo noe med den seminarsettingen av du kan gå i detaljer i en samtale med noen. Det er et mye mer klasserommiljø i de seminarene selvfølgelig. Det er ikke så mye rom for det i forelesning med så mye folk. Det er ikke alltid foreleser legger opp til diskusjoner heller (Ivar).

Ivar mener også at det ikke er noe videre bra kommunikasjon og at får å nå ut til foreleseren må en være veldig utadventt, men han mener også at muligheten for en samtale er til stede, men at det ikke er noe videre kontakt for hans del. Videre forteller han også at det er vanskeligere å ha en diskusjon i vanlig forelesning enn i seminar fordi det er så mange studenter til stede, men også at foreleseren heller ikke alltid legger opp til det.

Oda mener at noen professorer er mer interessert i å hjelpe dem enn andre og at noen legger mer ansvar på studentene fordi de går master. Men hun mener også at det har vært noen som er veldig tilgjengelig og ønsker og hjelpe og legger ut spørsmål som studentene har på læringsplattformen BlackBoard.

Det varierer nok veldig. Noen er litt mer interessert i å hjelpe studentene enn andre, noen har den holdningen at du går master, dette klarer du å finne ut av på egenhånd. Det har vært et par av de, og de har vært et par som svarer på alle mailer, etter at personen har svart på mail

legger de gjerne ut et innlegg på Blackboard for eksempel. "jeg fikk en mail av en student med dette spørsmålet, svarer til alle her jeg". Og noen oppfordrer jo veldig til å ta kontakt på mail og stille spørsmål. Mens andre er sånn "dette her er talen min og fuck off". Vi har jo en foreleser som ga oss telefonnummeret hans og sånn fordi han ville virkelig at vi skulle ta kontakt hvis det var noe. Men det sitter langt inne å ringe en professor på fritiden deres. Det sitter langt inne, det hadde jeg aldri gjort. Det skulle vært krise hvis jeg skulle gjort det (Oda).

Oda forklarer også at korona har gjort det mer utfordrende å få kontakt med veileder fordi det ikke var lov å komme på deres kontor og at det da måtte foregå over e-post eller digitale møter. Hun mener at det er enklere for foreleser å avvise studentene på e-post. Men hun forklarer også at dette har blitt lettere etter hvert når restriksjonene ble opphevet.

I korona var det veldig vanskelig å få kontakt med veilederen min for eksempel, fordi jeg ikke hadde lov til å møte opp på kontoret hans. Måtte gå over zoom, og han klarer ikke zoom og veldig dårlig på å svare på mail fordi han får sikkert sånn 20 mail om dagen. Så det var vanskelig, det var stress. Nå er det litt lettere for nå kan jeg bare gå inn på kontoret hans (Oda).

Videre forklarer hun at hun synes det er vanskelig å få en relasjon til professorene. Hun mener de har veldig høye forventinger og at man gjerne må stille spørsmål, være reflektert og kritisk til pensum for å få deres oppmerksomhet. Hun understreker at det sikkert ikke er alle som er sånn, men at det er en god del som er slik.

Mari problematiserer også utfordringene med at korrespondansen mellom student og professor skjedde gjennom e-post, noe hun selv synes gjorde det nokså upersonlig. Hun mener også at kontakten var vanskelig å opprettholde når hun først hadde fått kontakt med en professor.

Så jeg som har lyst å drive med forskning er ganske avhengig av at jeg kommer inn i miljøene på universitet. Så når vi ikke var på campus og de fleste foreleserne hadde ikke åpent kontor så da ble alt av korrespondanse gjennom mail, som er ganske upersonlig. Så det liksom veldig vanskelig også å få kontakt og opprettholde kontakt hvis du først hadde fått det (Mari).

Mari forklarer også at det følte kjipt å skulle få tak i en veileder gjennom e-post når man blir avvist gang på gang når hun skulle få tak i noen som kunne veilede henne og som mulig kunne ha samme interessefelt.

Vi har jo spesialisering i andre semester på masteren. Og da skal du finne deg en veileder og den veilederen kommer mest sannsynlig til å være din veileder på masterprosjektet også. Og jeg sendte mail til ca. ni forskjellige veiledere og alle var bare sånn "nei, jeg har ikke tid til dette". Og det er ganske kjip følelse første semester og bare prøve å være sånn "er det noen som har samme interessefelt og er villig til å veilede" og du får bare nei på nei på nei (Mari).

I lys av dette kan det virke som Mari hadde en slags frustrasjon om hvordan opplegget med å skaffe seg veileder var. Fordi hun forteller at hun følte seg nokså avvist fordi det var en rekke veiledere som sa nei til å hjelpe.

Mari mener ivaretagelsen fra professorene var nokså dårlig generelt, mye fordi det var mye bytting av forelesere og gjesteforelesere fra instituttet og andre steder. Hun mener også at det ikke var noe gjennomført oppfølging av professorene i det hele tatt. Mari forteller også at hun trengte å få utsatt en oppgave, fordi hun ikke klarte å skrive en periode:

Jeg var veldig langt nede i sånn en måned, der jeg ikke fikk til rett og slett. Også sendte jeg en mail da til hun som er ansvarlig for vår linje, og hun var bare sånn "dette kan ikke jeg hjelpe deg med". Hun var på ferie akkurat når jeg sendte mailen. Og da når hun kom tilbake var det to

dager til fristen, og da sendte hun mail og var sånn "dette kan ikke jeg hjelpe deg med, det er for sent å spørre om utsettelse".

Dette gjorde at Mari måtte levere en oppgave uten diskusjon fordi det var det hun klarte å skrive på to uker. Hun stod, men fikk en dårlig karakter som står på vitnemålet på grunn av det.

Det er lenge siden jeg har kjent på en sånn type sinne på grunn av at det bare var ingen som kunne hjelpe. Det var mer sånn "dette er ditt eget problem". Og veilederen min var jo også sånn "jeg vet ikke hva jeg skal gjøre for deg, jeg skjønner at du har det tungt og sånn men jeg får ikke til å utsette det jeg, det må instituttet gjøre "og når instituttet ikke vil..(Mari).

Mari viser her til en frustrasjon fordi hun ikke fikk hjelp selv når hun etterspurte den. Da er det kanskje ikke så rart at hun ikke følte at professorene ivaretok de så veldig godt, siden både instituttet og veilederen ikke kunne hjelpe henne som nok gjorde at hun følte at hun stod veldig alene med sine egne problemer og at ingen ville lytte.

Studentene ble også spurt om hvordan forventningene deres var til studiet kontra realiteten. Oda forteller at hun ble skuffet over hvordan masteren var lagt opp. Hun mener videre at NTNU ser bra ut på papiret, men ikke er det i virkeligheten, men at det er mye som skjer bak kulissene:

Til masteren hadde jeg veldig høye forventninger, det har skuffet veldig. Mest på masteren hadde jeg veldig høye forventninger dessverre. De har ikke innfridd. Jeg føler NTNU ser veldig bra ut på overflaten og papiret også er det veldig mye krangling og uenigheter og dårlig ledelse bak kulissene som har preget masterløpet. Mye dårlig forberedelser, lite kommunikasjon, og det meste at jeg vet, vet jeg fordi kullet over oss tok ansvar fordi de ikke ville at vi skulle havne i samme situasjon som de (Oda).

Videre forteller hun at kullet som gikk over dem tok mye ansvar i henhold til å overbringe informasjon, blant annet ved å legge ut innlegg på en Facebookgruppe, holde foredrag om det de burde vite og hvor man kan finne informasjon. Hun mener at det ikke var foreleserne som lærte de hvordan de skulle skaffe seg veileder, men klassen som gikk over dem fordi de holdte foredrag om det. Slik går det fram at Oda ikke er spesielt fornøyd med hvordan det administrative blir lagt opp på hennes studie og det virker kanskje som at hun ønsker at denne informasjonen kom fra foreleserne/veiledere og ikke fra andre studenter.

Generelt virker det som om det er en misnøye blant noen av studentene og hvordan professorene/foreleserne ivaretar dem. De viser at det er vanskelig å nå ut til foreleseren. Noen av studentene forteller om variasjoner på den hjelpen professorene gir, fordi noen ville høre på hva studentene har å si mens andre var mer opptatt av selve faget. Flere mente også det var vanskelig å opprettholde kontakt på e-post under pandemien, noe som gjorde korrespondansen nokså upersonlig.

4.3.Veien fremover

Studentene fikk spørsmål om hva de synes kunne vært gjort annerledes for å at de føle seg mer ivaretatt av for eksempel professorer, linjeforening, medstudenter eller andre instanser.

Oda mener at et tiltak som kunne blitt gjort er å legge opp fadderuken i starten av bachelorstudiet annerledes, dette fordi det ikke ble tilfeldig fordelt, men at klynger som var venner fikk være sammen, noe som skapte en dynamikk hvor alle ikke følte seg

inkludert og at de som var venner fra før av ikke var så interessert i å ta inn flere i sin gruppe.

Bachelor fadderuken skulle vært lagt opp annerledes, fordi det de gjorde hos oss var at hvis du kom i en klynge og sa at de gikk bachelor i psykologi havnet hele klyngen i samme faddergruppe. Så jeg var på faddergruppe med to vennegjenger, og tre sånne outsiders. De i vennegjengen var ikke så interessert i å ta inn flere. De var en gjeng som hadde kjent hverandre siden barneskolen, og gått på videregående sammen og nå begynt å studere sammen. De hadde ikke behov for flere, de var bare på fest liksom en ny plass. Så det var drit, det var definitivt ganske surt. Gjorde ikke det på masteren da, vi var jo så få. Så vi ble bare delt inn litt tilfeldig. Det hadde vært et konkret tips, ikke sett klynger i samme faddergruppe (Oda).

Mari mener at professorene burde ha tydeligere kommunikasjon til studentene om hvordan man kan få tilpasset undervisningsløpet. I stedet for å bare si at det er mulig uten å gi mer informasjon eller retningslinjer på hvordan det er mulig.

Jeg tror en av dem er nok bare å ha tydeligere kommunikasjon på hvordan tilpasning kan skje, hos oss har det nesten ikke vært noen informasjon på at du kan utsette f.eks. eller at du har mulighet til å få tilpasset undervisningsforløp. De har basically bare vært sånn "det er mulig" også går de videre uten å si noe som helst om hvordan eller hva. Så det er definitivt noe som kunne endret litt for min del. Også bare det å ha åpent kontor da for eksempel. "hvis det er noe, bare kom innom og spør". I stedet for at det er sånn "okei, hadet" logg av (Mari).

Videre sier hun også at hun ønsker at professorene kunne engasjere seg mer i studentenes velvære. Enten ved å kommentere eller at de ber studentene sende e-post om det skulle være noe de lurer på. Hun presiserer også at hun forstår at ikke alle professorene har mulighet, men at noen som er ansvarlig for emnene eller linjen har det.

Bare en liten kommentar, det trenger ikke være så mye. I hvert fall når det kommer til foreleserne da, eller send en mail om det skulle være noe. Enten om det er studiehverdagen eller faglig. Så jeg skjønner jo at det er forelesere som absolutt ikke har mulighet til å gjøre det på den måten, men noen har mulighet. Og da tenker jeg på de som har ansvaret for emner eller linjen som en helhet (Mari).

Det ser ut som et ønske om å føle seg sett av professorene og noe Mari forstår enkelt kan gjøres enten ved å gi en liten kommentar eller at de når ut til studentene ved å si at de kan sende e-post om det skulle være noe de lurer på.

Mari syns også at linjeforeningen kan gjøre mer for å inkludere flere studenter, hun syns de generelt kan legge opp til flere sosiale aktiviteter. Og ikke bare store arrangementer slik som ball og julebord, men også mindre arrangementer.

I forhold til linjeforening og sånt så tror jeg det bare ville vært å legge opp til enda mer sosialt egentlig. Sånn, jeg mistenker litt at en av grunnene til at det var så lite.. eller en gang i måneden i starten var stipendpils eller quiz og etter hvert dabbet det mer og mer av og det ble færre og færre. Vi hadde ball for en måned siden også hadde vil julebord i november. Og det er det eneste sosiale de har hatt i 2021-22. det er ganske lite, og det kan være at det er endringer i styret som har gjort det eller bare har mulighet eller bryr seg så mye. Men bare sånn småarrangementer, la oss si vi har booket et auditorium og skal se på film på en onsdagskveld på en måte. Eller vi har studiecafe på lørdag på Espresso house. Det kan være så små ting da (Mari).

Dette begrunner hun videre med at hun tror at slike mindre arrangementer også hadde trukket til seg og vært mer tilpasset de litt mer tilbakeholdende. Fordi at de kanskje velger å ikke dra fordi de vet at det er mange som kommer samtidig som de kanskje ikke har noen de kommer veldig godt overens med.

Ivar mener også at linjeforeningens arrangementer kunne vært løst annerledes. Han er frustrert over at det bare er onsdager det arrangeres noe sosialt, da han ikke har mulighet på denne dagen. Han synes er trangsynt av linjeforeningen å bare forholde seg til onsdager da han aldri har mulighet til å bli med.

Linjeforeningen har en sånn linjeforeningsdag som er onsdager, da skjer det noe. (...). Men det er alltid onsdager. Og ser jo folk som har vært på arrangementer og sånn, og det er dårlig oppmøte og alt sånt. Ja, men ikke bare ha onsdager, varier tidspunkt for jeg er utilgjengelig på onsdager. Har andre ting å gjøre på onsdager. Selv om jeg har lyst, har jeg ikke mulighet. Det er sikkert flere som kjenner på det. Det er i hvert fall det eneste tiltaket jeg har, rettet mot linjeforeningen at når de først arrangerer ting, noe sosialt, bør det ikke være låst til en dag. Det er trangsynt (Ivar).

Ut ifra intervjuet ser det som at Ivar har et ønske om å kunne delta på aktivitetene linjeforeningen setter i gang, men at det blir vanskelig for han å bli med når de kun har det på en fast dag i uken. Så et tiltak fra hans side vil være å ha det på ulike dager.

Guro synes at foreleserne kunne blitt flinkere til å ha samtaler med studentene og gå bort i pausene til de som tydelig sitter alene:

Noen forelesere kunne blitt flinkere til å prate i pausene eller ha noe siktet mot oss som vi må svare på. (...) Ha litt mer toveiskommunikasjon, det kunne blitt bedre på noen. De har jo full oversikt over alle som sitter der. I hvert fall i pausene, hvis alle går ut og det sitter en person alene igjen på hele raden så hadde det jo gått an og gått bort å prate med den (Guro).

Videre synes også Guro at professorene kan bidra med mer aktive læringsformer slik som gruppearbeid: "Folk hater jo gruppearbeid, men det er jo også et tiltak da. Da får man andre sine meninger og du får diskutert og får inn nye synspunkter på faget (...)"

Guro mener at ikke alle er like glade i det, men at det er en måte å få diskutert og få inn synspunkter i faget. Et slikt samarbeid med andre kan nok også på sikt skape et større nettverk til andre.

Det viser seg også imidlertid at noen av informantene er også fornøyd med tilbudet og de tiltakene som allerede blir gjort. Blant annet blir det fortalt av Anders:

Syns egentlig de har gjort en ganske god jobb. Med en gang jeg tenker på for studentene og for SiT, og skolen har jo ulike tilbud og linjeforeningen og har vært veldig flinke. Jeg synes ikke de har gjort noen dårlig jobb i hvert fall. (...). Jeg synes det er lett å finne hvor man, hvem man skal snakke med, eller eventuelt hvor man skal sende melding for hvem du trenger å snakke med og sånne ting så jeg synes at Trondheim gjør det ganske bra (Anders).

Anders er fornøyd med studentorganisasjonen SiT og de tilbudene de har og linjeforeningen og det synes å virke som at han er tilfreds med de tilbudene Trondheim har å by på for studentene.

Det kommer fram at studentene mener at det er en rekke tiltak som kan bli gjort for at de skulle følt seg mer ivaretatt av linjeforening, faddergruppe og professorer. De mener blant annet at linjeforeningen burde ha mindre små arrangementer og variere dager dette foregår på. Det kommer fram at fadderordningen ikke burde sette vennegjenger i klynger da det blir vanskeligere for andre å trenge gjennom. I forhold til professorene menes det at de burde gis mer info om hvordan man kan få tilpasset studieløp, legge mer opp til gruppearbeid, gå bort til de som tydelig sitter alene og engasjere seg mer i studentenes velvære. Mens andre er fornøyd med hvordan tiltak som allerede blir gjort. Det er interessant å se at studenter kan bo i samme by, gå på samme universitet og

fortsatt ha en ulik oppfatning om hvordan studiehverdagen og det sosiale miljøet på NTNU er og hvordan veien fremover kan bli.

4.4. Ansvar for egen inkludering

Studentene fikk spørsmål om hva de tenkte når de hørte utsagnet at " mye av ansvaret for selv å bli inkludert ligger på studenten selv".

Anders forteller at han er enig i påstanden, men at fadderordningen har ansvar for at studentene blir inkludert ved at de legger opp til sosialt samvær og at det slik blir begges ansvar.

Jeg er jo enig i det egentlig. Man må jo være åpen for det. Men hvis man tenker fadderordninger og sånt så er jo det, ligger mye av ansvaret der også. Å legge opp til at man kan føle seg komfortabel og åpner og blir kjent med nye mennesker da. Det er jo begge sitt ansvar (Anders).

Ivar mener at man må ta initiativ for å bli kjent med noen, og at man må anta at andre også har initiativ. Han mener videre at alt ansvaret ikke ligger på en selv, men at man være villig til å ta imot det man får.

Det er for så vidt sant. Man må jo jobbe litt skal man få oppleve et sosialt liv også. Men, det er jo selvsagt at for å oppnå det er det jo to parter "deg" også er det "de andre". Så det er.. man må selvsagt ta eget initiativ for å oppnå noe, men samtidig kan man med sikkerhet i en perfekt verden anta at andre også skal ta initiativ. Er ikke helt enig, skal ikke ligge hundre prosent på en selv, men må også være villig til å ta imot det man får (Ivar).

Oda forklarer at på universitetet er det slik at man må ta ansvar for å bli inkludert fordi man blir sett på som ansvarlig som fikser slike ting selv:

Ja. Det skulle gjerne ikke vært sånn, men på universitetet er det sånn. Du er voksen, du må ordne det selv. Ta ansvar for din egen lykke og alt det der (Oda).

Videre forteller Oda at det er universitet sitt ansvar på papiret å inkludere studenten, men at det i realiteten er det hver enkelt sitt ansvar. Hun forteller at man kan ha så mange tiltak som det er mulig, men at det er studenten som faktisk må komme seg ut av leiligheten og stille opp.

Mari mener derimot at ansvaret er likt fordelt, fordi man ikke kan forvente at noe kommer og henter deg ut, men at man selv må tørre å komme seg ut for å kjenne på tilknytning og "sosial input":

Jeg tenker det er 50/50. at det er ja, det ligger på deg selv i form av at man kan ikke forvente at noen kommer og bryter inn døra de og henter deg ut. Man må tørre å sette seg i de posisjonene der du kan få tilknytning og sosial input. Men samtidig ligger det ikke fullt og helt på en person, du kan ikke være sosial alene. Så det at man må ha arenaer som gjør det mulig for å komme seg ut, at det blir at man møtes litt på midten. At en arena skapes og at du som person må da klare og tørre. Eller oppsøke hjelp til å klare å komme deg til den arenaen (Mari).

Mari forklarer at man ikke kan være sosiale alene, så man må komme seg til de arenaene hvor man kan komme seg ut og slik møtes på midten ved at en arena skapes og at man som person må komme tørre å oppsøke de plassene. Om hvis det er utfordrende mener hun at det er mulig å søke hjelp til å komme seg ut til de arenaene.

Det ser ut som det er en generell oppfatning rundt ansvaret studenten har for å bli inkludert, og at det da er fordelt mellom ulike instanser og studentene selv og slik handler om å gi og ta. Noen som skilte seg ut fra de andre studentene var Oda, som jeg tolker føler at studentene har et for stort ansvar når det gjelder å føle seg inkludert og at

det på papiret ser ut som universitetet er med på å inkludere, men at det i realiteten er opp til en selv.

5. Diskusjon

I denne delen blir mine egne funn drøftet opp mot eksisterende teori og tidligere forskning. De temaene jeg drøfter rundt er *sosiale arenaer og ensomhet, kontakt med medstudenter, kontakt med professor og veien fremover.*

5.1. Sosiale arenaer og ensomhet

Ivar fortalte at han hadde trodd at det sosiale miljøet skulle være større og at han ville ha flere nære relasjoner på studiet, samtidig påpeker han at det var vanskelig å få til noe sosialt på grunn av koronapandemien. Det kommer frem her at de sosiale relasjonene ikke nådde opp til forventningene til Ivar som videre er et kjennetegn ved ensomhet (Heinrich & Gullone, 2006). For å ikke føle seg ensom eller for å unngå sosiale eller emosjonell isolasjon mener Weiss at de seks sosiale behovene (tilknytning, nettverk, omsorg, anerkjennelse, bistand og veiledning) må dekkes i en viss grad. Personer som kjenner seg ensomme føler ikke at disse behovene blir dekt i tilstrekkelig grad. I Weiss typologi over sosiale behov handler det første behovet om følelsesmessig tilknytning til andre som gir en følelse av trygghet og tilhørighet (Russell et al., 1984). I lys av det kan man forstå at mennesker som er ensomme kan føle en større usikkerhet rundt sine relasjoner til andre mennesker.

Livsendringer og kriser kan føre til ensomhet, noe det kan tenkes at koronapandemien har bidratt til fordi den har vært en påkjenning for mange. Mari hadde høyere forventningen til studiet, fordi hun hadde studert fra før, og gått fra et veletablert miljø med stor tilknytning og nettverk til at det bare forsvant. Det kan tenkes at Mari slik opplevde situasjonsbestemt ensomhet, ved at hun tidligere følte tilfredsstillelse av behovet for tilhørighet gjennom relasjoner til andre til at hun ikke gjorde det lenger (Young, 1982). Vi ser også at i Weiss teori er tilhørighet og nettverk to sentrale deler i det å føle at de sosiale behovene blir møtt, og da er det ikke så rart at Mari ble skuffet over møtet med NTNU når hun hadde helt andre forventninger med seg. Samtidig er det viktig å tenke på at hun hadde etablert et miljø på en annen skole før korona utbrøyt og det kan slik tenkes å være mer utfordrende å skaffe seg nye relasjoner i en større by under en pandemi hvor man ikke har de samme mulighetene til å møtes.

Weiss mener at for å minske sosial ensomhet krever det at man går inn i et nytt nettverk av venner som gir en følelse av sosial integrering (Russell et al., 1984). Jeg argumenterer for at det er en transformering fra det å ha digitale forelesninger hjemme til det å møtes fysisk på skolen, så jeg tror nok at det vil hjelpe på den sosiale ensomheten å utbedre og oppsøke det nettverket de allerede har til grunn og ikke nødvendigvis trenger å oppsøke et helt nytt nettverk, men at det også kan være nyttig. Da kan man for eksempel begynne med verv eller en sport ved studentlagene.

Anders var fornøyd med tilbudet om hvordan studentmiljøet ved NTNU er lagt opp. Vi ser at Anders, gjennom å oppsøke ulike arenaer som å spille fotball i linjeforeningen og prøvd ulike tilbud som SiT slik har opplevde mindre grad av ensomhet.

Et interessant funn i analysen var at det var flere av informantene som synes at det å være ensom var et tabubelagt tema. Ut fra teorien til Weiss kan det forstås at det kan være utfordrende å bli anerkjent for den man er når man ikke kan snakke åpenlyst om det å være ensom, kanskje spesielt når det preger hverdagen i stor grad (Russell et al.,

1984). Blant annet forteller informant Ivar at han selv ønsker han var mer åpen om å være ensom, men at det ikke er så lett å snakke om det.

Ved at man ikke snakker om tabubelagte temaer kan det nok føre til at man tror at det ikke er andre som føler på det samme som en selv, og at man da kan føle seg mer alene med tankene sine. Det kom derimot fram hos en av studentene at han får lyst til å gjøre noe og hjelpe når han hører at andre er ensomme. Ved å snakke mer åpent om det å være ensom vil jeg argumentere for at man kan bidra til å minske ensomhet nettopp 'Fordi det åpner opp muligheten, og man får lyst til å gjøre noe når man hører at noen er ensom. Da har man lyst å gjøre noe med det' (Ivar).

Vi kan ut fra dette forstå at studentene nok både har opplevd emosjonell og sosial ensomhet på studiet. De opplever emosjonell ensomhet fordi det kommer fram i intervjuene at mange av dem ikke har følt et intimt og nær relasjon til andre på studiet. Videre kommer det frem at det er mangel på nettverk og sosiale relasjoner, noe som karakteriserer sosial ensomhet. Dette kan bunne i at det var mye digitale forelesninger i starten av studiet som kan ha bidratt til få nære relasjoner og et manglende sosialt nettverk.

Vi ser her at flere av informantene har opplevd ensomhet og har hatt sosiale behov som ikke har blitt møtt slik de ønsket. Det kommer frem at ensomhet er et tabubelagt tema som nok kan gjøre situasjonen enda mer belastende å oppleve. De fleste studentene opplevde det også vanskelig å være student ved NTNU fordi de har kjent på ensomhet, det å ikke møte andre og hvordan en digitalisering av studiehverdagen har påvirket dem. Jeg argumenterer videre for at ensomhet også er noe som kan ramme studenter utenfor NTNU, som vi blant annet ser gjennom SHoT undersøkelsen fordi den setter søkelys på ensomhet blant studenter på universiteter og høyskoler på landsbasis i Norge.

5.2. kontakt med medstudenter

SHoT undersøkelsen viser at studentene føler en manglende kontakt og distanse til andre studenter som blant annet er en følge av de digitale forelesningene under koronapandemien (Sivertsen, 2021). Men som nok også er bunnet i en manglende tilhørighet til medstudenter og professorer som jeg også ser hos studentene jeg intervjuet, for eksempel forklarer Mari at hun ikke vill snakket med noen av sine medstudenter hvis hun hadde slitt mentalt, fordi hun ikke har fått den tilknytningen til de hun studerer med. Hun presiserer også at det ikke handler om at de ikke er gode mennesker, men at hun bare ikke har fått den tilhørigheten til dem. Det blir slik et fravær av tilhørighetsbehovet som ifølge Weiss må oppfylles til en viss grad for å ikke føle seg ensom (Russell et al., 1984). Oda forklarer også at hun tror de som kom utenfra NTNU og startet på masteren brukte mer tid og hadde et større ønske om å bli kjent, mens at de som gikk på universitetet fra før svedde mer rundt, noe av grunnen til dette kan være at de allerede har etablert et miljø som beveger seg utenfor universitetet og kanskje ikke har like stort behov for å skaffe seg nye relasjoner.

Ivar forteller at hans tilhørighet til studiet og universitetet stadig øker. Noe av grunnen til det kan være at det har blitt mye mer fysisk oppmøte på skolen enn det var tidligere. Noe som gikk igjen hos informantene var nettopp det å kunne ha et fysisk sted å gå til. Blant annet fortalte Mari at venninnene hennes lo av henne når hun fortalte hvor godt hun synes det var å ha et fast kontor med faste kolleger som hun møter hver dag, som man kan spise lunsj med og slik skape et nettverk.

Nettverk er en sentral del av Weiss teori som sier noe om hvor viktig behovet for å føle seg som en del av et fellesskap og det å høre til (Russell et al., 1984). Dette kan videre underbygges i at Skaalvik & Skaalvik (2018) mener at tilhørighet er viktig i sosiale situasjoner og at de sosiale aktivitetene burde tilfredsstille dette behovet.

Noe av grunnen til at noen av studentene ikke følte på så stor tilhørighetsfølelse kan være på grunn av pandemien som vært de siste årene. Det kommer blant annet fram hos Ivar da han beskriver at han vet at han har vært ensom på grunn av korona, og mener at pandemien slik har bidratt til at han har hatt liten tilhørighetsfølelse både til universitetet og de han studerer med. Noe av grunnen til det kan være at han følte seg mer isolert når det var hjemmeundervisning i forhold til det å være fysisk på universitetet. Relasjonene blir gjerne etablert i starten av studiet i regi av fadderukene, og gjennom hjemmeundervisning kan det tenkes å være vanskelig å opprettholde kontakten videre. Lyngdorf et al. (2021) viser at kontakten med andre studenter har forsvunnet som en følge av fravær av sosiale arrangementer og fysisk undervisning. Digitale forelesninger ble under koronapandemien brukt for å samle studentene og kan slik bli sett på som en "sosial aktivitet", men det kan også diskuteres hvor sosialt det følte for mange av studentene. Universitetet som en møteplass ble plutselig bort under pandemien og erstattet med digitale forelesninger som nok har skapt utfordringer ved at det ikke følte like naturlig å ta kontakt og snakke med andre.

Studentene sier selv at de har følt en distanse til både medstudenter og forelesere gjennom de digitale forelesningene. Goth et al. (2021) sine funn viser at det var manglende kontakt med andre medstudenter og at undervisningen opplevdes dårligere av studentene under pandemien. Selv om det har åpnet for fysiske forelesninger, kan det tenkes at en slik ordning har preget studentene i den grad at det allerede har gått et semester hvor man ikke kunne møte andre slik man kanskje kunne ønsket.

Det vises gjennom mine informanter at de digitale forelesningene har påvirket dem. Ivar mener at hans manglende tilhørighet til studiet er på grunn av koronapandemien som fordi samfunnet ble digitalisert og en kunne ikke omgås som en vanligvis ville gjort. Mari og Oda ble skuffet over det å gå master her på NTNU hvor de digitale forelesningene nok er en bidragsyter til hvorfor de ikke klarte å føle en tilhørighet til studiet sitt. Andersen et al. (2020) viser i sin undersøkelse at studentene savnet det sosiale samværet og det å være fysisk til stede på universitetet under koronapandemien.

I funnene til Goth et al. (2021) viser han på den andre siden at noen studenter følte på mer motivasjon ved å ha digitale forelesninger. I lys av det er det trolig noen studenter som liker en slik løsning, som kan komme av en rekke årsaker. Det kan for eksempel hende at de liker å være mer alene og jobber godt slik, eller kanskje de ikke ser behovet av å møte andre på studiet eller at de muligens har et sosialt miljø ellers.

Ifølge Murray har vi et behov for å avvise usunne relasjoner og ved å ha digitale forelesninger slipper man å avvise andre siden man allerede er hjemme (Cherry, 2020). Å unngå slike relasjoner er også bra for den mentale helsen vår, dette er noe vi kan se igjen hos Oda som ikke hadde et stort behov for å bli kjent med andre fordi hun hadde et eget nettverk og ikke orket å engasjere seg like mye som andre for å bli kjent. Hvis man ikke føler stor tilhørighet til de man studerer med, kan det slik forstås at noen kan føle mer glede ved digitale enn fysiske forelesninger.

I følge Skaalvik & Skaalvik (2018) kan indre motivasjon påvirke følelsen av tilhørighet. Noe som gikk igjen hos studentene var at motivasjonen til skolearbeidet sank, grunnen

til dette kan være at det var mye digitale forelesninger som en følge av koronapandemien. Studentene uttrykte også at det var vanskeligere å føle en tilhørighet over nett. Mari forklarte at det "var digitalt under hele våren 2021 så kom det til april og jeg var bare ferdig, jeg var så ødelagt på det tidspunktet at jeg klarte ikke å fungere så jeg holdt på å droppe ut på grunn av det (..) ". Det kan slik forstås at det å ha digitale forelesninger kan være vanskelig og skape distanse til medstudenter. Mari mente at grunnen til at hun ikke mestret det faglige helt var på grunn av ensomheten og den manglende tilhørigheten. Hun sa også at hun følte seg så utenfor at hun ikke klarte å engasjere seg og mente at man ikke skal våkne og tenke "faen, en dag til". I lys av dette kan det argumenteres for at Mari følte liten indre motivasjon som et resultat av at hun følte liten tilhørighet til eget studiemiljø.

Ut ifra Weiss teori om sosiale behov, vil jeg argumentere for at Mari ikke oppfyller kravene, nettopp fordi hun ikke følte noe spesiell tilhørighet til studiehverdagen sin når det var digital forelesning, samtidig som det virker som hun ikke hadde noe spesiell glede over å "gå" på universitetet på NTNU. Dette begrunnes videre ved det at hun ofte måtte vende seg til kjæresten for å få sosialt samvær.

Tilhørighet er en forutsetning for indre motivasjon og det kan slik vises at noen av studentene ikke hadde så mye indre motivasjon for studiet. Det kommer også fram at jo mer ytre kontroll, jo mer blir den indre motivasjonen redusert og overstyrt (Skaalvik & Skaalvik, 2018). Restriksjonene som kom under pandemien, kan tenkes å være en pådriver av ytre kontroll som kan være en grunn til at den indre motivasjonen ble redusert som igjen gjorde at følelsen av tilhørighet ble mindre. Det kommer fram gjennom forskning at flere studenter har følt seg mindre motivert etter innførelsen av digitale forelesninger (Goth et al., 2021).

Autonomi og selvbestemmelse er viktig for at handlinger skal føles frivillig og at individet slik føler en form for indre kontroll (Skaalvik & Skaalvik, 2018). Det kan tenkes at situasjonen rundt korona gjorde at man ikke følte på denne indre kontrollen, fordi det kanskje følte som en ukontrollerbar situasjon hvor man ikke visste om hva som foregikk og en uvisshet om ting ble avlyst eller flyttet. Videre kunne dette gjøre at studentene følte på mer ensomhet fordi man ikke kunne møtes slik man ville. Ivar hadde ikke noe problem med å være alene, men når denne følelsen gikk over til ensomhet ble det verre for han, når han først prøvde å finne på ting med andre ble det utfordrende for han å gjennomføre.

Ifølge Deci og Ryan handler kompetanse om å føle at man behersker utfordringer og har utholdenhet når ting blir vanskelig. Det kan også forstås at det å være student under ekstraordinære omstendigheter, som for eksempel en pandemi som begrenser sosial kontakt kan være utfordrende. Samtidig vil det kanskje være vanskeligere å håndtere disse utfordringene hvis man føler seg ensom og ikke føler man har noen man føler tilhørighet og kan snakke med følelsene sine med. Dette vises også hos Mari, som valgte å dra til kjæresten sin i stedet for å være i Trondheim fordi det ble vanskelig for henne å bli værende.

Tilhørighet er nødvendig for å føle på en indre motivasjon, dette kan vi eksempelvis se hos Mari som vurderte å droppe ut, fordi hun ikke følte tilhørighet til de hun studerte som gjorde henne veldig nedfor og gjorde at hun slet med det faglige.

Ut ifra utsagnene til studentene er det psykososiale miljøet blitt påvirket, blant annet mener Ivar at han hadde sett for seg et større sosialt miljø og at de relasjonene han har

til de i klassen kanskje ville vært sterkere. For å finne på noe med de i klassen måtte det organiseres noe veldig løst for at det skulle være mulig å få til noe sosialt sammen. Det er de sosiale relasjonene man har og hvordan man opplever det sosiale miljøet som er viktig i et psykososialt miljø (NOU 2015:2). Det kan også tenkes at ting hadde vært annerledes om det ikke var korona, en oppfatning studentene også har. Det kommer også fram i SHoT undersøkelsen at studentene savner bedre kontakt med medstudenter og professorer, det gjelder spesielt de yngste studentene (Sivertsen 2021). Noe av grunnen til det kan være at ikke alle studentene har etablert et stødig nettverk på skolen, som kan komme av en rekke årsaker. Vi ser jo også at Anders er mer tilfreds med sin tilværelse, som kan være bundet i at han har studert en rekke studier før og har nok etablert et større nettverk enn det noen av de andre har.

Det kommer tydelig fram i SHoT undersøkelsen fra 2021 at det bare var de færreste av studentene som var fornøyd med studentmiljøet og det kommer fram at de fleste synes de digitale forelesningene er mindre engasjerende og undervisningen føltes dårligere (Sivertsen 2021). Solberg et al. (2021) viser i sin rapport at studentene under koronapandemien savnet sitt studiemiljø og at over halvparten som deltok i undersøkelsen har følt seg mer ensomme. Slik vises det også at pandemien har hatt psykososiale konsekvenser for studentene.

Vi kan slik se tendenser til at studentene følte seg distansert fra andre medstudenter grunnet at de ikke hadde fått den tilhørigheten til dem. Sosial støtte er viktig for å kunne oppleve nære relasjoner og omsorg, fravær av den sosiale støtten gjør at livskvaliteten minsker og at man slik kan oppleve det å være ensom (Helsedirektoratet, 2014). Man ser her hvor viktig det sosiale behovet for tilhørighet er og det å ha et nettverk har å si for studenttilværelsen. Det kommer også fram at tilhørigheten til dels også er økende som kan være på grunn av at samfunnet har åpnet igjen som muliggjør det å møtes fysisk og skape et større nettverk. Det kommer videre fram at pandemien er en faktor som har gjort hverdagen vanskelig for noen av informantene mine som har redusert den indre motivasjonen deres. Motivasjonen sank på grunn av de digitale forelesningene som kom under pandemien som gjorde at noen av dem vurderte å droppe ut. Grunnen til det kan være den ytre kontrollen som pandemien førte med seg som også bidro til at ens egen autonomi og selvbestemmelse ble påvirket.

5.3. Kontakt med professor

Bistand er ifølge Weiss en del av de seks sosiale behovene vi har, og handler om å kunne få hjelp under alle omstendigheter og slik føle seg trygg (Russell et al., 1984). I analysen kom det fram at det ikke var alle studentene som gjorde det. Blant annet var det hos Mari utfordrende å få tak i hjelp når hun trengte å få utsatt en oppgave på grunn av helsen, der verken instituttet eller veilederen hennes kunne hjelpe henne. Dette var noe som gjorde at hun følte seg hjelpeløs fordi ingen kunne hjelpe henne som bidro til at hun presterte dårligere på skolen.

Ifølge Oda er det stor forskjell på professorene om hvordan hjelp de kan gi. Hun forteller at noen er mer interessert i å hjelpe enn andre og at noen har holdningen til at man som masterstudent klarer å finne svar på ting man lurer på selv. Slik kan det bli veldig stor forskjell på hvilken hjelp man kan motta og kan gjøre at man ikke føler seg helt trygg i relasjonene til professorene (Russell et al., 1984).

I henhold til teorien om sosiale behov handler veiledning om å kunne få kompetent rådgiving og tilgang til pålitelig informasjon og slik oppleve en form for sikkerhet (Russell

et al., 1984). Ifølge Oda var det veldig vanskelig å få kontakt med veilederen sin under korona fordi alt måtte foregå gjennom e-post og hun mener professorene hadde lett for å avblåse studentene når de ikke kunne gå på kontoret deres. Noe av grunnen til dette kan være at det blir mindre personlig å forholde seg til andre gjennom den digitale verden.

Noe jeg argumenterer for her er at det virker som Oda og Mari som var de to som syns deres kontakt med professorer og veiledere var dårligst og vanskeligst å opprettholde, noe på grunn at korrespondansen måtte foregå digitalt og på epost under nedstengingen. Lyngdorf et al. (2021) viser derimot sin undersøkelse at det var en generell god opplevelse av relasjonen til veilederne selv når det var digitalt. Men han viser også til at det var de nyeste studentene som ikke hadde skapt relasjoner ennå som syntes at det var ekstra vanskelig. Oda hadde tatt bacheloren sin på NTNU, noe som viser til at selv om hun ikke var ny student så hun det problematisk å holde kontakt med sin veileder. Mari som tar masteren her på NTNU men tok bacheloren på et annet universitet tidligere syns også dette var problematisk. Begge de går samme master og det sier kanskje mer om hvordan studiet deres er lagt opp, enn om de er nye studenter eller ikke? I deres studie må de finne veileder selv, noe som ser ut til å ha vært utfordrende og problematisk for dem.

I henhold til kontakt med professorer ser vi at noen av studentene ikke var fornøyd med hjelpen de fikk. En av studentene viser til en hjelpesløshet fordi hun ikke fikk hjelp til å utsette en oppgave og fikk bare avslag når hun etterspurte hjelp. Det vises også gjennom studentene at det var et stort sprik i den hjelpen man kunne få og slik ble ikke behovet for bistand og veiledning dekt (jf. Weiss teori). Slik kan det også stilles spørsmål om veiledere og professorer gjør nok for å ivareta studentene, spesielt under en vanskelig tid. Samtidig er det viktig å tenke på de ressursene og tiden professorer/veiledere har til å bedrive slikt, og det burde da stilles spørsmål om hva som faktisk er universitetets mandat eller hva det burde være.

5.4. Veien fremover

Studentene har også forslag til hvordan tiltak som kan gjøre til at studentene føler seg mer ivaretatt. Blant annet mener Mari at linjeforeningen burde legge opp til enda mer sosialt, og helst flere mindre arrangementer slik at de som ikke liker seg så veldig godt i store mengder også får sjansen til å bli med. Ivar mener derimot at det bør legges opp til å ikke ha arrangementer kun på onsdager fordi han da ikke får mulighet til å delta.

Det kan tenkes at det kan være vanskelig for linjeforeningen å legge opp til noe alle vil og kan bli med på til enhver tid, og kanskje velger de arrangementene og dagene som de ser flest dukker opp på.

Blant studentene kommer det fram at linjeforeningen kan gjøre mer for å inkludere flere studenter, blant annet ved å ha mindre arrangementer som flere har lyst å bli med på. Det kan argumenteres for at linjeforeningen passer for noen, men ikke alle da det blant annet kommer fram blant en av studentene at linjeforeningen har litt for "store" arrangementer som gjør at de litt mer tilbakeholdne kanskje ikke kommer. En annen student mener linjeforeningen burde være mer fleksibel når de legger opp aktiviteter og ikke har det på samme dag. Ved at linjeforeningen kun arrangementer på en spesifikk dag, kan det være med på å ekskludere mennesker framfor deltakelse. Det er forståelig at alle som har lyst å bli med ikke har mulighet, men ut fra intervjuene skal det trolig være mulig å inkludere flere enn det blir gjort per dags dato.

Ivar mener at en selv må ta initiativ og tenke at andre også gjør det. Ikke bare ansvar på den ene parten. Samtidig som det er problematisk fordi han selv sier at hvis man slumper til noe "løst" er det mulig å finne på noe og forklarer at det ikke er noe spesielt sosialt miljø på universitetet for hans del. Forskning viser også at det er de yngste studentene som har størst savn av et sosialt studentmiljø, og opplevde mest ensomhet under pandemien. Slik kan det også tenkes at det har vært en ekstra påkjenning for de ferskeste studentene å komme til en ny by og føle det slik.

Oda mener at det meste av ansvaret ligger på studenten, ved at det kan være så mange tiltak som mulig, men at det faktisk er studenten som må komme seg ut. Hun mener at universitetet ser på studentene som voksne som klarer å fikse slikt selv. Med en slik påstand kan man begynne å lure på om det er for mye ansvar på studenten i å føle seg inkludert?

Mens Mari forklarer at man ikke kan være sosial alene og at man må tørre å dra til de arenaene hvor man kan få sosial input. Det kan tenkes at det under korona var vanskelig å komme seg til de plassene fordi de var stengt/begrenset i en lang periode. Mari viser også til at hun selv synes det var vanskelig å få tilhørighet til andre under denne perioden og følte seg videre isolert fra de som studerte i Trondheim. I lys av dette kan det nok føles skumlere å oppsøke disse stedene når man ikke føler en tilhørighet til de man skal møte på disse sosiale arenaene.

Oda mener at fadderuka kan bli lagt opp annerledes ved at de inndeler studentene i mer tilfeldige faddergrupper og ikke har store vennegrupper i samme faddergruppe fordi det da er vanskelig å slippe inn og skape nye relasjoner. Fadderukene markerer starten av studiet, og blir nok for mange inngangen til å skape relasjoner og tilhørighet til andre på studiet. SHoT undersøkelsen viste også at det var mange som deltok på fadderuka, som sier noe om at vi har et behov for å skape relasjoner og en tilknytning til andre (Sivertsen, 2021). Dette er tiltak som noen av studentene ser på som viktig for å kunne føle enda større tilhørighet til studiet sitt.

Mennesker unngår gjerne grupper, mennesker eller situasjoner vi blir vurdert negativt av for å beskytte selvverdet vårt (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Men når man er i en faddergruppe blir man tildelt en gruppe og det som er felles er studiet man skal gå. Det kan forstås at det kan være vanskelig å unngå en slik situasjon og kan skape stress og ubehag om man ikke føler seg akseptert i det miljøet man er i.

På den andre siden har vi Anders som er fornøyd med de tiltakene som blir gjort av de ulike instansene. Han synes skolen, linjeforeningen og studentorganisasjonen SiT har vært flinke og han synes det er lett å finne ut hvor man skal søke hjelp og hvor man skal sende melding og synes Trondheim gjør en god jobb. Dette er med på å vise hvor forskjellig vårt møte med universitetet og studentlivet kan være. Den sosiale støtten og tilknytningen man føler blir styrket ved å delta i ulike i miljøer, noe som kan tenkes er blant grunnene til at Anders er fornøyd med hvordan tiltakene er (Helsedirektoratet, 2014).

Når man går på et så stort universitet kan det også tenkes at man kan forsvinne i mengden. Trondheim er nok en av de største studentbyene i Norge som nok gjør det vanskelig å gjøre klassene mindre fordi det ser ut til å være en ettertraktet by å bo i for mange studenter. Dette kommer tydelig fram hos Anders, som er fornøyd med de tiltakene som er i byen og hvordan de er lagt opp.

Når Anders får spørsmål om hva han tenker rundt det at mye av ansvaret for selv å bli inkludert ligger på studenten selv, mener han at fadderordningen har et ansvar ved at de

legger opp til sosiale aktiviteter slik at det blir begge sitt ansvar. Men hva skjer egentlig etter fadderukene? Opprettholdes gruppene i like stor grad eller faller noen fra?

I Guro sitt tilfelle opprettet faddergruppen en snapchatgruppe som hun ikke var en del av. Slik kan vi se tendenser til at faddergruppen også kan være en ekskluderende ordning for noen. Å få et nettverk på universitetet er en av målsettingene ved fadderuka (Vaadal, 2014). Ifølge Skaalvik & Skaalvik (2015) kan også relasjonene man skaper med andre bidra til utfrysning og klikkdannelser, som det ser ut som det gjorde i Guro sitt tilfelle.

Mari mener at undervisningsløpet burde kunne tilpasses bedre og at det burde være mulig å få tak i hjelp når man etterspør den. Hun ønsker i tillegg at professorene skal engasjere seg mer i studentenes velvære. Som en del av våre sosiale behov mener Weiss det er viktig å kunne regne med støtte og hjelp. Mari følte som sagt at universitetet ikke kunne hjelpe henne når hun trengte å få utsatt en oppgave grunnet egen helse. Det kan forstås at det kan være vondt å åpne seg og be om hjelp og føle at det er ingen som kan gi henne bistand. Videre syns hun det var vanskelig å opprettholde kontakt med veileder når kontakt først ble etablert. Jeg tolker dette som en tendens til at studentene ønsker mer og bedre ivaretagelse fra veileder/professorene. Oda forklarer også at det er stor forskjell på foreleserne og at noen vil hjelpe dem mer enn andre. Hun fortalte også at NTNU ser bra ut på papiret, men at det bak kulissene er styrt av en dårlig ledelse. Hun forteller også om at det var andre studenter som måtte hjelpe dem med hvordan de skulle få tak i veileder og ikke fikk dette fra foreleserne. Det virker slik som Oda viser en misnøye med hvordan masterløpet er lagt opp, fordi det ikke nådde opp til hennes forventninger.

På den andre siden kommer det fram i intervjuet at Oda har et noe mer negativt syn og likegyldighet til universitetet enn de andre studentene. Grunnen til dette kan være mange, men hennes misnøye med forelesere/veiledere kommer tydelig frem i intervjuet. Det kan slik se ut til at hun syns bistanden og veiledningen hun har fått ikke har vært spesielt god. Hun sa selv at det har vært utfordrende å få tak i veileder og at hun måtte få råd og hjelp fra studenter noe som gjøre professorene til en lite behjelpelig kilde. Slik blir ikke behovene for bistand og veiledning fra professor/veileder oppfylt ifølge Weiss teori.

Guro mener det bør være større toveiskommunikasjon i de fysiske forelesningene og at foreleserne kan se mer til de som sitter alene og kanskje er ensomme. Samt å legge opp til mer gruppearbeid fordi man det kan diskutere med hverandre og slik bli kjent.

I forhold til linjeforeningen mener noen av studentene at det kan bli lagt opp til enda mer sosialt og gjerne flere mindre arrangementer enn færre store for å inkludere flere og ha arrangementer på ulike dager slik at flere kan bli med. Når det gjelder faddergruppa ønskes det mer tilfeldige grupper slik at alle har samme grunnlag for å ønske å bli kjent. Når det kommer til professorene ønskes det mer støtte og hjelp fra noen av studentene og at de burde engasjere seg mer i deres velvære og skape mer toveiskommunikasjon slik at studentene føler seg hørt. Vi ser blant noen av studentene at dette savnes fra professorene. Det er også forståelig at det er vanskelig for professorene å se så mange studenter i praksis og nå ut til alle, men jeg tror ut ifra utsagnene til studentene at det er mulighet for noe mer enn det blir gjort per dags dato.

Når det gjelder ansvar for egen inkludering mente de fleste studentene at det går begge veier, at det både handler om å gi og ta. Men man kan også fundere om det er slik i

praksis eller om det er en oppfatning om hvordan det ideelt burde være. Samlet sett mener de fleste av studentene som ble intervjuet at ansvaret for å bli inkludert er delt, at det er ditt eget ansvar, men også de "andres". Under koronapandemien kan det tenkes at det ikke var så lett å oppsøke de ulike arenaene for å få sosial input fordi mye var stengt. Jeg argumenterer for at det i dag er lettere å oppsøke ulike arenaer enn det var bare for et halvt år siden fordi Norge da var under restriksjoner. Et interessant moment er fra en informant som mente at alt ansvaret ligger på studenten. Det blir også satt et kritisk blikk på professorens rolle, som kanskje kunne vært med å bidra til mer inkludering da jeg mener at den enkelte studenten er lett å miste i mengden.

6. Avslutning

I denne studien har jeg sett på studenters opplevelse av studiehverdagen under en pandemi. Ved forskningsspørsmålet "hvordan har koronapandemien påvirket studenters opplevelse av ensomhet i studiehverdagen" har jeg fått innsikt i fem studenters erfaringer og tanker rundt ensomhet og tilhørighet i studiehverdagen.

Blant mine funn kom det fram at de fleste studentene har opplevd en utfordrende studiehverdag under koronapandemien. De fleste har følt på det å være ensom og å ikke ha noe spesiell tilhørighet til sine medstudenter samt at det kom fram at enkelte hadde vurdert å droppe ut av universitetet på grunn av hvordan studiehverdagen opplevdes. Videre ble ikke deres sosiale behov dekt i tilstrekkelig grad, noe som studentene selv mener koronapandemien og en digitalisert hverdag har medført. Dette fordi studentene følte mindre tilhørighet og mer distanse til andre studenter. Dette viste seg også stemme overens med tidligere forskning på området. Det kom fram at den manglende tilhørigheten som studentene kjente på påvirket i tillegg deres motivasjon for studiene.

Ut fra det studentene fortalte virket det som relasjonen til professorer og veiledere ikke var så god. Det virker som et ønske om at veilederne og professorene skal ivareta studentene bedre. Det viste seg at det var utfordrende for studentene å få tak i tilstrekkelig hjelp og det kom fram at noen professorer hjelper mer enn andre, og at man dermed må finne ut av mye selv. Fra studentenes perspektiv er det et ønske om endring, de følte manglende informasjon om hvordan få tilpasset undervisningsløp fra professorene, og ønsket å ha mer toveiskommunikasjon med dem samt at professorene kunne engasjert seg i deres velvære i større grad. Det kan stilles spørsmål om det skulle blitt gjort mer av professorer og veiledere for å skape en større følelse av inkludering hos studentene.

Ved linjeforeningene var det et ønske om flere mindre arrangementer og på ulike dager slik at det kunne favne og inkludere flere studenter. Gjennom SHoT undersøkelsen kom betydningen fadderordningen fram for å føle tilhørighet og samhold, men fra mine funn kommer det fram at en fadderordning også kan bidra til mer ekskludering for enkelte. Jeg tror det også er viktig å belyse at noen av studentene var fornøyd med de eksisterende tiltakene Trondheim, som viser at studiemiljøet fungerer, men kanskje ikke for alle.

Når det gjelder hvem som har ansvaret for å inkludere kom det fram noen interessante funn, slik som de fleste studentene mente at det burde var likt fordelt mellom en selv som enkeltperson, men også at andre instanser har et ansvar for at studentene skal føle seg inkludert. Det viste seg at de fleste studentene mente at man selv må ta initiativ og tenke at andre gjør det, og slik oppsøke arenaer hvor man kan få sosial input, men som imidlertid ser ut til å ha vært en utfordring under nedstengingen av Norge.

Ved denne avhandlingen ønsker jeg å sette søkelys studentenes perspektiv og hvordan de opplever studiehverdagen, jeg håper at avhandlingen kan bidra til at flere tiltak i fremtiden som kan fremme studentenes psykososiale miljø. Til videre forskning hadde det vært interessant å sett på hvordan ringvirkninger følelsen av ensomhet kan ha for studentene i det lengre løp. Hvis man for eksempel hadde gjort samme intervjuene to år frem i tid og sett hvilket utfall det da hadde vært blant studentene, siden vi fortsatt ikke vet hva konsekvensene av koronapandemien vil ha å si for oss mennesker. Ved å sette

søkelys på problematikken kan det kanskje bli lettere for fremtidens studenter å bli sett, hørt og forstått.

7. Litteraturliste

- Andersen, M. H., Gerwien, R. G. & Kammer, A. (2020). Sammen, hver for sig : Universitetsstuderendes læringsstrategier under COVID19-nedlukningen. *Tidsskriftet Læring Og Medier* 13(23). s.1 - 18. <https://doi.org/10.7146/lom.v13i23.122032>
- Bakke, H. H., Blytt, B., Fredriksen, W. & Elvedal C. (2016). Dra sammen, samtidig - et mer inkluderende skoleliv. *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid* 13(1-02). s.167-170. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2016-01-02-21>
- Baumeister, R. F., & Leary. M. R. (1995).The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3). s.497-529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Braun, V. & Clarke, V. (2012). Thematic Analysis. H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (red.) *APA Handbook of Research Methods in Psychology. Research Designs: Quantitative, Qualitative, Neuropsychological, and Biological*. (2) (s.57-71). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13620-004>
- Buli-Holmberg, J. & Engebretsen, C.B. (2019). Elevers sosiale selvoppfatning og lærerens arbeid med psykososialt læringsmiljø. M.H. Olsen & J. Buli-Holmberg (red.). *Psykososialt læringsmiljø*. (1. utg., s. 34- 58). Oslo: Cappelen Damm.
- Burger, J. M. (1995). Individual Differences in Preference for Solitude. *Journal of Research in Personality*, 29(1). s.85-108. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1995.1005>
- Cherry, K. (2020, 17. september) *Murray's Theory of Psychogenic Needs*. Verywellmind. <https://www.verywellmind.com/murrays-theory-of-psychogenic-needs-2795952>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology*, 49(3) s.182-185. <https://doi.org/10.1037/a0012801>
- Ekbring, S. & Wellander M. (2021). Digitala studier i en pandemi: En tidsgeografisk undersökning av digitala studiers och coronapandemins påverkan på studenters vardag.
- Federici, R.A. & Skaalvik, E.M. (2017). Lærer-elev-relasjonen. M. Uthus (red.). *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1. utg. s. 186-203). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Goth, U., Holovchuk, S., Jermstad, L.K. & Jokstad, G. S. (2021). Nærhet, eller distanse? Lærerstudenters erfaringer med Zoomundervisning under Covid-19. *Fra Barnehage Til Voksenliv*. s. 193-212. <https://doi.org/10.52145/made9277>
- Halvorsen, K. (2008). Veier Inn i Og Ut Av Ensomhet. *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid* 5(3), s. 258-67. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3010-2008-03-07>
- Heinrich, L.M. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: a literature review. *Clinical Psychology Review*. 26(6). s. 695- 718. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Helsedirektoratet (2014). Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbeidet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/psykisk-helse-og-trivsel-i-folkehelsearbeidet/>

- Hill, C., A. (1987). Affiliation Motivation: People Who Need People ... But in Different Ways. *Journal of Personality and Social Psychology* 52(5) s.1008–1018.
<https://psycnet.apa.org/fulltext/1987-23842-001.html>
- Hjardemaal, F. (2011). Vitenskapsteori. T.A. Kleven (Red.). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode*. (2. utg., s. 179-216).
- Hysing, M., Petrie, K.J., Bøe, T., Lønning, K.J. & Sivertsen, B. (2020). Only the Lonely: A Study of Loneliness Among University Students in Norway. *Clinical psychology in Europe*. 2(1) s. 1- 16. <https://doi.org/10.32872/cpe.v2i1.2781>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. 2021. *Det kvalitative forskningsintervju*. (3.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lyngdorf, N. E. R. , Bertel, L. B. , Andersen, T., & Ryberg, T. (2021). Problem-baseret læring under en pandemi : Erfaringer med digitalt understøttede læringsaktiviteter i en nedlukningstid. 14(24) s. 1-24. <https://doi.org/10.7146/lom.v14i24.125686>.
- Manger, T. (2012). *Dette Vet vi Om Motivasjon Og Mestring*. 1. utg. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Nicpon, M. F., Huser, L., Blanks, E. H., Sollenberger, S., Befort, C., & Kurpius, S. E. R. (2006). The Relationship of Loneliness and Social Support with College Freshmen's Academic Performance and Persistence. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 8(3), s. 345–358. <https://doi.org/10.2190/A465-356M-7652-783R>
- NOU 2015:2 (2015). *Å høre til. Virkemidler for et trygt psykososialt miljø*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2015-2/id2400765/>
- Ringdal, K. *Enhet og mangfold. Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. (4.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Russell, D. , Cutrona, C. E., Rose, J. , & Yurko, K. (1984). Social and Emotional Loneliness: An Examination of Weiss's Typology of Loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology* 46(6) s.1313–1321.<https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1313>
- Sivertsen, B. (2021). *Studentenes helse og trivselsundersøkelse*. (Hovedrapport). Folkehelseinstituttet.
<https://sioshotstorage.blob.core.windows.net/shot2018/SHOT2021.pdf>
- Skaalvik, E.M & Skaalvik, S. (2015). *Motivasjon for læring. Teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skaalvik, E.M & Skaalvik, S. (2018). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon og læring*. (3. utgave). Oslo: Universitetsforlaget.
- Solberg, E., Hovdhaugen E., Gulbrandsen M., Scordato, L., & Svartefoss, S. M. (2021). *Et akademisk annerledesår: konsekvenser og håndtering av koronapandemien ved norske universiteter og høyskoler*. (NIFU-rapport 2021:9).
<https://hdl.handle.net/11250/2737339>
- Thagaard, T. (2011). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitative metoder*. (3.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.

- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitative metoder*. (5.utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Utdanningsdirektoratet (2017). 3. *En individuell rett til et trygt og godt skolemiljø*. (3-2017). [Rundskriv].
<https://www.udir.no/regelverkstolkninger/opplaring/Laringsmiljo/skolemiljo-udir-3-2017/3.-en-individuell-rett-til-et-trygt-og-godt-skolemiljo/>
- Utdanningsdirektoratet (2016, 27. juni). *Hva Er et Godt Læringsmiljø?*
<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/psykososialt-miljo/hva-er-et-godt-laringsmiljo/>
- Uthus, M (2017). Elevenes psykiske helse i skolen. Å mestre skolen er å mestre livet. Å mestre livet er å mestre skolen. M. Uthus (red.). *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1.utg., s. 17-43). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Uthus, M. (2017). Et helsefremmende inkluderingsbegrep. M. Uthus (red.). *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (1. utg., s.157-185). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Vaadal, K. (2014). *Å ikke bli "helt katastrofe"*. *Alkoholkultur i fadderuka ved universitetet i Oslo*. [Masteroppgave, Universitetet i Oslo].
<http://hdl.handle.net/10852/42180>
- Young, J. E. (1982). Loneliness, depression, and cognitive therapy: Theory and application. I L. A. Peplau, & D. Perlman (red.) *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*(s. 379–405). New York: Wiley

8. Vedlegg og figurer

8.1 Intervjuguide

Innledende spørsmål

1. Kan du si litt om deg selv?

- a) Sånn som hvor gammel du er, om det årsstudium eller bachelor du går og hvorfor du valgte din studieretning?

Hovedspørsmål

1. Betydningen av det sosiale miljøet på skolen

- a) Hva syns du om å gå på universitetet?
- b) Hvordan opplever du hverdagen som student?
- c) Hvor viktig er det sosiale miljøet for din trivsel på skolen?
- d) Gir det en form for mestring av studiehverdagen?
- e) Har fadderordningen spilt en viktig rolle for deg? Hvordan da?
- f) hvordan var forventningene dine til studiet kontra realiteten?
- g) Hva mener du er viktig for å kunne ha et godt miljø i studietiden?

2. Korona

- a) Tror du følgende av korona har påvirket din trivsel på skolen?
- b) har dere hatt mye digitale forelesninger fra starten av studiet?
- c) Føler du at de digitale forelesningene skaper en viss distanse til foreleser/medstudenter? Hvordan kjennes det?

3. Kontakt med medstudenter/ professor

- a) Hvordan er kontakten med dine medstudenter?
- b) Er det noen du kan betro deg til hvis du skulle ha behov for det? (nærhet)
- c) Hvordan er kontakten med professorer?
- d) Hvordan føler du professorene ivaretar dere som studenter?

4. Tanker rundt begreper/påstander

- a) Hva tenker du når du hører ordet "ensomhet"?
- b) Hva tenker du når du hører ordet "tilhørighet"?
- c) Jeg kommer til å lese en påstand, også vil jeg høre hva du mener om det: "Mye av ansvaret for selv å bli inkludert ligger på studenten selv", (hva tenker du om en slik påstand)?

5. Ensomhet

- a) Har du følt på ensomhet i løpet av studietiden?
- b) hva gjør denne følelsen av ensomhet med deg i studiehverdagen?
- c) Er det en spesiell opplevelse eller noe du husker godt som gjorde at du følte slik?
- d) Er det slik at du noen gang på et tidspunkt har vurdert å droppe ut av skolen? Hvorfor?
- e) Tenker du å fortsette å studere?

6. Tiltak

- a) Hva føler du kunne vært gjort annerledes for at studenter skal kunne føle seg mer ivaretatt? (f.eks. Av professorer, linjeforeningen (arrangementer), medstudenter eller andre instanser).
- b) Ønsker du at det er noen du kunnet snakket om følelsene dine med?
- c) SiT er en organisasjon med en rekke tilbud for studenter. Har du prøvd noen av dem eller vurdert å prøve de?

Avsluttende spørsmål

7. til slutt lurer jeg på om du har noen spørsmål til meg?

Da vil jeg takke deg så mye for at du ville delta i mitt forskningsprosjekt. Jeg ønsker også å presisere at du vil holdes anonym og at jeg tar bort sensitiv info slik at undersøkelsen ikke skal kunne tilbakeføres til deg. Nøl heller ikke med å ta kontakt om du har flere spørsmål i ettertid.

8.2 Informasjonsskriv

Vil du delta i forskningsprosjektet "Blir du sett?"

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å undersøke ensomheten og tilhørigheten til studenter ved NTNU. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Jeg ønsker at prosjektet mitt skal handle om studenters opplevde studiehverdag. Jeg ønsker å ha et hovedfokus på ensomheten mange studenter kan oppleve i møte med universitetet.

Den problemstillingen jeg har landet på er:

Hvordan har koronapandemien påvirket studenters opplevelse av ensomhet i studiehverdagen?

Dette er en masteroppgave i utdanning og oppvekst og skrives på et semester.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

NTNU, institutt for pedagogikk og livslang læring er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Jeg hadde lyst til å undersøke studenter sin opplevelse med ensomhet og tilhørighet. Og ut ifra utvalgsriteriene tenker jeg at du var en god kandidat til mitt forskningsprosjekt.

Hva innebærer det for deg å delta?

Jeg tenker å bruke intervju som metode, og tenker å intervjue 4-6 personer blant førsteårsstudenter i pedagogikk. Hvis du velger å delta vil intervjuet vare i ca. 45-60 min og inneholder åpne spørsmål der jeg gjerne ønsker å gjøre lydopptak. Intervjuspørsmålene inneholder spørsmål om ensomheten som man kan møte som ny student og hva studenten selv mener er viktig i forebyggingen av det.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Det er jeg og min veileder som vil ha tilgang til datamaterialet. For å sikre at ingen uvedkommende får tilgang på personopplysningene dine vil bl.a. båndopptaket holdes utenfor andres rekkevidde. Navnet og kontaktopplysningene dine vil bli erstattet med en kode, slik at dine personopplysninger holdes avskilt fra datamaterialet. Du vil heller ikke kunne gjenkjennes i publikasjonen av masteroppgaven.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er 15. mai. Personopplysninger vil bli fjernet og opptak vil bli slettet ved prosjektslutt.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra NTNU har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med NTNU:

- Ved Viktoria Skjolde Eriksen, tlf. 94853685, epost: viktorse@ntnu.no.
- Veileder: Patric Wallin, patrik.wallin@ntnu.no, tlf:92097119.
- Vårt personvernombud: Thomas Helgesen, tlf: 93079038, epost: thomas.helgesen@ntnu.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Viktoria Skjolde Eriksen
(Forsker)

Patric Wallin
(Veileder)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet "Blir du sett", og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju
- til at det blir brukt båndopptaker

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

8.3. NSD- Vurdering av prosjekt

Vurdering

☰ 03.01.2022 ▾

📄 Skriv ut

Referansenummer

789217

Prosjekttittel

"Blir du sett"

Behandlingsansvarlig institusjon

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap (SU) / Institutt for pedagogikk og livslang læring

Prosjektansvarlig

Patric Wallin

Student

Viktoria Skjold Eriksen

Prosjektperiode

05.01.2022 - 15.05.2022

Meldeskjema [🔗](#)

Dato

03.01.2022

Type

Standard

**Kommentar**

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 03.01.2022, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og personverntjenester. Behandlingen kan starte.

DEL PROSJEKTET MED PROSJEKTANSVARLIG

For studenter er det obligatorisk å dele prosjektet med prosjektansvarlig (veileder). Del ved å trykke på knappen «Del prosjekt» i menylinjen øverst i meldeskjemaet. Prosjektansvarlig bes akseptere invitasjonen innen en uke. Om invitasjonen utløper, må han/hun inviteres på nytt.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 15.05.2022

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

PERSONVERNPRINSIPPER

Personverntjenester vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål
dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

Personverntjenester vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Personverntjenester legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1 f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til personverntjenester ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde: <https://www.nsd.no/personverntjenester/fyll-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra personverntjenester før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

Personverntjenester vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

