

Inkluderings- og ekskluderingskriterier

Sit Psykisk Helsetjeneste fra 01.07.2022

Vårt mandat og ansvar

Vårt mandat er å hjelpe studenter som strever med psykiske plager slik at også de kan gjennomføre sitt studium og samtidig ha et godt studentliv.

Hjelpen gis som korttidsterapi enten i gruppe eller individuelt.

Sit Psykisk helsetjeneste er et supplement til det offentlige hjelpeapparatet og det bør derfor alltid vurderes om det finnes et annet godt tilbud (offentlig eller privat) som studenten kan benytte for å få hjelp med sine psykiske plager

Målgruppe:

- Studenter
- Sliter med milde til moderate psykiske symptomplager.
- Betalt semesteravgift:
 - Unntak:
 - PH.D-studenter som mottar lønn/stipend
 - Studenter som ikke har studier som sin hovedbeskjeftigelse

Når er studenten utenfor målgruppen?

- Studentens problematikk er av slik art eller alvorlighet at den sannsynligvis har rett på tilbud og/ eller utredning i spesialisthelsetjenesten
- Studenter som **tydelig** ikke kan profittere tilstrekkelig på korttidsterapi bør henvises til andre for langtidsterapi/ støttesamtaler eller annen behandlingsform
- Studenter som pr. tiden er på utenlandsopphold utenfor Norge
- Studenter som sannsynligvis vil få tilstrekkelig hjelp ved samtaler eller kurs hos Sit Råd

Avgrensning Sit Råds samtaletilbud og Sit Psykisk helsetjeneste

Råd gir Samtaler om utfordringer i hverdagen. Dette er utfordringer som er nokså vanlige, normale og mange kan oppleve i livsfasen som student. Eksempelvis stress, struktur i hverdagen, kjærlighetsorg, ensomhet, bekymringer og tilsvarende

Psykisk helsetjeneste gir Behandling for studenter med psykiske vansker som påvirker livet i betydelig grad og/eller gjør det vanskelig å gjennomføre studieaktiviteter. Eksempelvis angstsymptomer, depresjonssymptomer, forstyrrende tanker og tilsvarende

Rehenvendelser

- Diskuteres med tidligere behandler for vurdering av om et nytt korttidsløp er tilstrekkelig eller om studenten bør anbefales annen behandling

- I utgangspunktet bør det være et opphold mellom behandlingsløp på noen måneder. Det er viktig at studentene får prøvd ut verktøy og erfaringer de har gjort seg i terapien.

Studenter kan prioriteres for behandling hos oss dersom de fyller et av følgende

Prioriteringskriterier:

- studenter i siste semester (både på bachelor- og masternivå) som står i fare for å ikke fullføre studiet sitt på grunn av psykiske plager
- studenter som tar kontakt på grunn av en krisesituasjon og/eller står i fare for å falle ut av studiet. (Ved krisereaksjon så må man vurdere om dette er en sak for, Ambulant akutt team ved DPS eller legevakt/fastlege. Studentprestene kan også anbefales.)
- Studenter med barn
- Eskalerende problematikk som bidrar til at man står i fare for å falle ut av forelesninger og eller studiet
- Studenter i vår målgruppe som vurderes å ikke kunne vente over 2-3 måneder
- Utvekslingsstudenter på korttidsopphold i Norge