

UNIVERSITAS

Norges største studentavis | utgave 28, årgang 73 | www.universitas.no | onsdag 6. november 2019

STUDIESTART 	NYHET s. 10–11 Det nærmer seg eksamen Gå direkte til stressmestringskurs	KOMMENTAR s. 2–3 Du vil kjøpe leilighet! Vinn i lotto eller vent på arv. Hvis rike foreldre, rykk 3 felt frem	NYHET s. 12–13 Du må i praksis - Få økonomiske problemer - Bli utbrent - Mist motivasjonen Stå over neste runde
	? SJANSE	INGEN VINNER	
NYHET s. 4–5 Gratulerer! Du er ferdig med medisinstudiene Vent 12 runder på turnus			NYHET s. 14 Sjekk skattelistene Gå til psykolog
 STRESSMESTRINGSKURS	NYHET s. 7 Det blir servert vegetarmat på julebord Rykk 2 felt tilbake i avsky	 PSYKOLOG	KULTUR s. 20–23 Du blir gravid Rykk tilbake til studiestart og stå over 9 runder

NORSK

TEKNISK MUSEUM

7. november, kl. 18.00–23.00

SENT

AI, SCI FI OG STEAMPUNK





MENINGER

Redaktør: Selma Joner
selmajjoner@gmail.com 938 08 470

Nyhetsleder: Jantra Pernille Holum
jantraholum@gmail.com 407 52 780

Fotosjef: Odin Drønen

Desksjef: Aleksander Naug

Nettredaktør: Jonas Solgård

Følg oss

www.universitas.no

facebook.com/UniversitasOslo

twitter: @universitas_no

instagram: universitas_offisiell

Tips oss

tips@universitas.no

Pardoksal legemangel

I 2018 kunne du lese om medisinstudent Synne Risnes som risikerte å havne på Nav i påvente av en såkalt LIS1-stilling (tidligere turnus). Dette er en stilling som er obligatorisk for å kunne praktisere som lege i Norge. 54 prosent av studentene som søkte på en slik stilling høsten 2018, fikk ikke plass. Denne uken kan du lese om Andrea Lid Pereira, en av dem som trakk det korteste strået da de dyrebare stillingene skulle deles ut denne våren. Og prosentandelen som ikke fikk stilling våren 2019? Den har økt til 64 prosent.

Om lag 1200 leger kjemper om omtrent 450 LIS1-stillinger hvert halvår, ifølge leder i Norsk medisinstudentforening (Nmf) i Oslo, Aladdin Boudakkour. Samtidig ropes det om en stadig økende legemangel over det ganske land. Helsedirektoratet anslår at Norge trenger 1500 nye leger årlig frem mot 2040 for å dekke inn behovet. I tillegg til denne etterhvert gamle klagesangen, har saken i år fått en ny og presserende vending: Ifølge nettpsikologtjenesten «Life Keys» benytter dagens medisinstudenter seg av psykisk helsehjelp i større grad enn andre studenter.

Personlig helse har tradisjonelt sett havnet langt ned på prioriteringslisten til leger. «Leger ofrer egen helse for andres» konkluderte en doktoravhandling fra 2018. De har hatt tradisjon for å ikke søke hjelp, fordi de skal hjelpe andre. Derfor er det svært positivt at flere søker hjelp, men det er et alvorlig faresignal at medisinstudentene i økende grad sliter psykisk. Pereira, med fagfolk i ryggen, mener mangelen på LIS1-stillingene er en medvirkende årsak:

– Folk vet at det er mange som blir stående uten jobb, og du konkurrer mot studiekameratene dine, forteller hun, og viser til at usikkerheten rundt stillingene har uheldige utfall:

– Det har vært tilfeller med folk som ikke er så hyggelig mot hverandre, rett og slett fordi folk blir misunnelige på hverandre.

I tillegg til et knallhardt seksårig studieløp, der medisinstudentene «flytter inn» på lesesalen og spiser alle måltidene sine på skolen, jobber majoriteten av dem mot en helt uforutsigbar fremtid. Dersom du ikke får en stilling, havner du bak i køen, og neste gang du søker, kjemper du mot alle som ikke fikk jobb i forrige runde – i tillegg til en hel horde nye ambisiøse medisinstudenter med arbeidslivet som eneste mål for øyet. Du har også opparbeidet deg et lite attraktivt «hull i CV-en» i mellomtiden, og risikerer å møte på enda flere stengte dører som følge av det.

Siden legemangelen kun ser ut til å fortsette å øke, importerer Norge kloke hoder fra utlandet. Ifølge Den norske legeforening er 40 prosent av spesialistene ved norske sykehus hentet fra utlandet de siste ti årene. Desto mer absurd er det å tenke på alle de kompetente norske legene som går arbeidsledig i påvente av denne gullbilletten inn til arbeidslivet.

I årets statsbudsjett ble det vedtatt å opprette 38 nye LIS1-stillinger i Nord-Norge. Et museskritt i riktig retning, men langt unna der reelle behovet. Det må opprettes flere stillinger, og det raskt. Det finnes ingen annen løsning.

I et boligkaos som rammer de unge hardest, har byrådet i Oslo omsider planer om å sette inn tiltak. Vil dette være studenters redning?

Onkel Skrues boligmarked

kommentar

Synnøve Berg Meisingset,
journalist i Universitas



Med sin vage formulering om å «øke antallet studentboliger over hele byen», er boliger for studenter åpenbart ikke en hovedprioritet for byrådet i Oslo. Det fremstår mer som ren symbolpolitikk når byrådet vedtar et så generelt mål i sin politiske plattform. Studentboliger er en stor mangelvare, og som studenter burde vi kreve et mye mer håndfast og konkret mål. Når det er sagt, så har byrådet andre planer for boligmarkedet i Oslo. Kanskje det er her boligbekymrede studenter kan finne sin redning?

«Nye veier til egen bolig». Med dette stereotypiske politiker-slagordet, la byrådet frem sin plan for et mer inkluderende boligmarked. For er det noe boligmarkedet i Oslo trenger nå, er det nettopp nye veier. Den gamle veien har nemlig åpenbart ikke vært hensiktsmessig – spesielt ikke for den yngre delen av befolkningen. For første gang siden krigen ser man at andelen selveiere synker.

Denne nedgangen skyldes i stor grad at unge ikke kommer seg inn på boligmarkedet i de store byene. Det at unge nyutdannede sliter med å kjøpe seg bolig, selv etter flere år med deltidsjobb og BSU-sparing, understreker at noe har gått veldig galt. Med mindre man belager seg på hjelp fra familien, kan

de fleste se langt etter en toroms i Norges hovedstad. Dette viser også tall fra DNB: Av unge som tar opp boliglån, får 7 av 10 hjelp av foreldrene sine. Det er slettet ikke en mulighet alle har, og tallene strider imot kjernen i sosialdemokratiet – nemlig at en persons muligheter ikke skal være betinget av familiens økonomiske kapasitet.

I alt for mange tiår har politikerne sittet tilbake og sett på et boligmarked blåse fullstendig ut av proporsjoner. Helt siden 80-tallet da regjeringen med Willoch i førersetet bestemte seg for løsne tøyene, har kommersielle aktører vært tilnærmet eneher-skere på et boligmarkedet nærmest blottet for reguleringer og sosiale tiltak. Dette slår verst ut i de store byene, som i Oslo, hvor boligprisene har økt med 200 prosent de 15 siste årene, ifølge kommunen selv. Det begynner å bli pinlig å være tilskuer til politikernes angst for å berøre det O store boligmarkedet. Det kan virke som de selv har glemt sitt eget man-

dat. Konsekvensen av politikers berøringsangst kommer tydelig frem i tall fra Eiendom Norge: Nyutdannede sykepleiere har kun råd til å kjøpe fem prosent av omsatte boliger i Oslo. De resterende 95 pro-

sentene er utilgjengelig med en sykepleierlønn. Når situasjonen har gått så langt, fremstår det både historieløst og usosialt å tro at offentlige tiltak ikke vil være en viktig del av redningen. Det er på høy tid at politikerne blander seg inn, og det virker det som byrådet i Oslo omsider har erkjent.

Leie til eie-boliger virker som et gjennomgående studentvennlig tiltak

Arkivaren



Kultur møter 3

«Da jeg begynte på BI i høst hadde jeg jo sett TV-reklamen og forventet å finne en del av den typen, men det finnes forskjellige folk både på Blindern og på BI. Det hender vel at vi humrer av den typiske Blindern-studenten med ullsokker og Palestinaskjerve», sa Lars Vidar Gullestad, BIs representant på Velferdstingets møte. Forventningene var høye til om turbokapitalistene fra Nydalen og ullsokkene fra Blindern kom til å kollider i et kultursjokk – kanskje til og med krig? Det gikk derimot rolig for seg – studentpolitikk er tross alt så kjedelig at til og med de mest steile fronter kan stilne. «Siden vi er såpass få vil vi gjøre minst mulig i dag. Er det noen som vil si noe mer? Undrer nestleder Lise. –Jeg tror Café Abel åpner klokken tolv». Some things never change.

Universitas nr. 5, 2005

HVORFOR, SOGN??

«Hvorfor må alt som kan gå galt, absolutt gå galt på Sogn?» åpnet forbannet menneske, dernest SiO-leietaker, Ninna Gram. I to uker i januar 1986 bodde studentene i Sogn Studentby i iskalde hybler - uten varmt vann. Synderen var den gamle varmtvannsberederen som hadde begynt å lekke. «Det blir som med en gammel bil, du sjanser på at det skal holde litt til», forklarte boligavdelingens vedlikeholdssjef, Knut Nerland. Beboerne måtte dermed takle temperaturer nede i 15 grader. Det er likevel ikke sakens største tragedie: Det er at de måtte bo på Sogn.

Universitas nr. 1, 1986

Universitas er en avis for og av studenter. Universitas er et nyhets- og debattorgan for lærerestene tilknyttet Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus (SiO). Universitas skal drive kritisk og uavhengig journalistikk, og være partipolitisk nøytral. Universitas arbeider etter Vær Varsom-plakats regler for god presseskikk. Den som mener seg rammet av urettmessig omtale oppfordres til å kontakte redaksjonen.

Daglig leder: Simen Eriksen
simen.eriksen@universitas.no 22 85 33 36

Annonseansvarlig: Geir Dorp
geir.dorp@universitas.no 22 85 32 69

Besøksadresse: Moltke Moes vei 33

Post: Boks 89 Blindern, 0314 Oslo

Epost: universitas@universitas.no

Nettside: www.universitas.no



ILLUSTRASJON: ØYVIND HOVLAND

I byrådets politiske plattform er et av målene at Oslo kommune skal legge til rette for at unge kommer seg inn på boligmarkedet. Som et overordnet mål skal kommunen selv bli en aktiv aktør, ved å utvikle en «tredje boligsektor». Herunder ligger planene om å bygge flere kommunale boliger, tilby billigere leiepriser og ikke minst gjøre det mer overkommelig å kjøpe bolig. Ett av prosjektene kommunen skal sette i gang innebærer et «leie-til-eie»-forsøk. Dette går ut på at den månedlige husleien går til nedbetaling av boligen. Målet er at man etter noen år som leietaker skal kunne kjøpe boligen. Man leier seg altså inn til eierskap, i stedet for at leieinntektene går til en rik boligspekulant. Leie til eie-boliger virker som et gjennomgående studentvennlig tiltak. Om det fungerer etter

hensikten, burde det legges til rette for at dette, eller lignende tiltak, blir normen for unge. Om min månedsleie på godt over 6000 kr hadde gått til nedbetaling av en leilighet jeg senere kunne kjøpe av kommunen, snakker man plutselig om en veldig god investering.

Tross spennende boligforsøk, vil byrådets planer på ingen måte kompensere for manglende satsing på studentboliger. I juli i år sto 6373 studenter på venteliste for studentbolig hos Studentsamskipnaden i Oslo (SiO). I tillegg til at det foreligger alt for få studentboliger, er prisnivået på SiO-boligene langt ifra så rimelig som de burde være sammenlignet med det private boligmarkedet. Dette tyder på at SiO alene ikke

kan håndtere studentenes boliggetterspørsmål, og byrådet gjør helt riktig i å involvere kommunen. Selv om resultatet av politikken er uvisst og mest sannsynlig ikke vil bli synlig før om flere år, fortjener politikerne både heder og ære for å i det minste tørre å gå inn for en progressiv boligpolitikk. Dagens boligsituasjon begynner å bli veldig alvorlig, og de rammer unge hardest. Når enkelte privatpersoners berikelse går utover så mange menneskers rett til å eie egen bolig, står vi overfor et demokratisk problem. Som studenter er vi derfor helt avhengige av at politikerne setter ned foten for de veletablertes boligfest. Når vi i så mange år har blitt holdt utenfor, burde vi kreve en invitasjon – og den er det politikerne som må stå for.

debatt@universitas.no

[illegible]

 Øyeblikket av Gina Grieg Riisnes



På reise fot: Sees om fem måneder, sola!

UNIVERSITAS

TIPS OSS:
tips@univerisitas.no

UTTEGNERE:
Synne Hellevang
Erlend Peder

DESKJOURNALIST:
Synne Hellevang

KORREKTURSJEF:
Lena Jarstad

 *Universitas støttes av Velferdstinget,
som står uten redaksjonelt ansvar.*

NYHET

nyhetsredaktør: **Jantra Hollum**
jantrahollum@gmail.com 407 52 780

STOR PÅGANG AV MEDISINSTUDENTER HOS PSYKOLOG:

— Forståelig at noen treng

Medisinstudener søker mer psykisk helsehjelp enn andre studenter, ifølge psykolog. Studenter og fagfolk mener spesialistutdanning bidrar til angst og stress.

Psykisk helse

tekst og foto Gina Grieg Riisnæs

– Henvendelsene hos oss har vært litt høyere blant medisinstudenter, særlig de på siste året av studiet, enn andre grupper, som for eksempel jusstudenter. Det er tydelig at flere fra den gruppen søker hjelp, forteller administrerende direktør og psykolog Gudmundur Ebenezer til Universitas.

– Det har i perioder skilt seg ut som et student- og yrkesproblem.

Det er den norske nettpsykologtjenesten «Life Keys» som opplyser om økt pågang fra medisinstudenter.

Ebenezer tror en av årsakene kan være at flere medisinstudenter blir informert om tilbudet med psykolog over nett. Samtidig vektlegger han at krevende studier og uforutsigbarhet kan bidra til psykologiske kvaler blant landets vordende leger. Han løfter særlig frem den notoriske søknadsprosessen til lege i spesialiseringstilling som en årsak til usikre fremtidsutsikter.

Når du i tillegg skal avlegge ditt livs største eksamen, er det klart søking til LIS1 er en stressende situasjon

Gisle Hellsten, leder ved Karrieresenteret

For få praksisplasser

Etter avsluttede legestudier, må studenter få LIS1-stilling for å komme videre til spesialistutdanning. Stillingen er obligatorisk for å kunne praktisere som lege. Per i dag lyses det ut om lag 950 plasser årlig. De fordeles på to runder med ansettelser, én per semester.

Men ifølge tall fra Helsedirek-

toratets statusrapport for søknadsrunden våren 2019, er tallet langt fra nok til å få de ferdigutdannede legene i sving. Ved vårens runde med LIS1-ansettelser, søkte 1282 håpefulle på 457 utlyste stillinger. 825 søkere fikk ikke stilling. Det utgjør hele 64 prosent av alle søkere. Prosenten har holdt seg stabil, siden Universitas skrev om dette høsten 2018. Medisinstudenter som sliter med å skaffe seg jobb i et skyhøyt konkurransemiljø, har også vært en kjent problemstilling over lengre tid.

Usikker fremtid

– Det er en usikkerhet som er vanskelig å leve med, forteller Andrea Lid Pereira (27).

Hun er en av de 825 søkerne som ikke ble kalt inn fra venterommet etter vårens ansettelser.

Men tirsdag forrige uke fikk hun omsider gode nyheter: Hun har fått LIS1-stilling med oppstart i mars. Pereira ble ferdig med legestudiet i desember 2018. Når hun omsider trer på seg den hvite frakken i mars, har hun ventet i over ett år.

– Det er veldig godt å vite hva som kommer nå, fortsetter hun lettet.

Selv har hun ikke benyttet seg av Life Keys, men er ikke overrasket over at det blir godt brukt.

– Det er forståelig at noen trenger hjelp til å takle stresset.

I desperasjon etter å kapre en av de få plassene, velger flere å søke på stillinger over hele landet. Pereira etablerte seg med både barn og mann i Asker i løpet av studietiden. Å rive opp familielivet for å flytte til et helt nytt sted, var langt fra ideelt.

– Men dersom det ikke hadde gått denne runden, vurderte vi å søke hvor som helst for å komme i gang, sier hun.

Skaper konflikt

Mange opplever profesjonsutdanningens siste år som ekstra krevende. Dagene er lange og hektiske. Eksamenen på slutten av løpet kan inneholde hva som helst fra pensum – tusenvis av sider med makroskopisk anatomi, grunnleggende embryologi og endokrinologiske sykdommer. Flere «flytter inn» på lesesalen. De spiser alle måltider der og drar hjem kun for å sove, ifølge Pereira.

På toppen av det hele kommer LIS1-stillingene.

– Folk vet at det er mange som blir stående uten jobb, og du konkurrer mot studiekameratene dine.

Eksamensresultatene til medisinstudenter evalueres ikke med karakterer. En av argumentene

Dette er LIS1

+ Står for «Lege i spesialisering»

+ Tilsvarer det som tidligere het turnustjeneste

+ Må gjennomføres for å praktisere som lege

+ Omfatter tolv måneders tjeneste i sykehus og seks måneder i kommunehelsetjenesten

+ Lyses ut to ganger per år

for ordningen, er å bevare et miljø hvor studenter hjelper hverandre, heller enn å kjempe mot hverandre. Likevel opplyser Pereira at usikkerheten rundt LIS1 resulterer i gnisninger i det ellers støttende studentmiljøet på Gaustad.

– Det har vært tilfeller med folk som ikke er så hyggelig mot hverandre, rett og slett fordi folk blir misunnelige på hverandre.

Stor belastning

Mangelen på LIS1-stillingene er et kjent problem i legeyrket. I fjor trappet legeföreninger og medisinstudenter opp til demonstrasjon utenfor Stortinget, med krav om at det må opprettes flere stillinger. En av arrangørene bak protesten var Norsk medisinstudentforening (NMF).

– Vi mener jo selvsagt at antallet er altfor lavt. LIS1 er nødt til å gjennomføres for å kunne praktisere som lege. Det blir derfor som en veldig trang flaskehals man må gjennom, når om lag 1200 leger skal kjempe om cirka 450 LIS1-stillinger hvert halvår, sier Aladdin Boudakkour, leder i NMF.

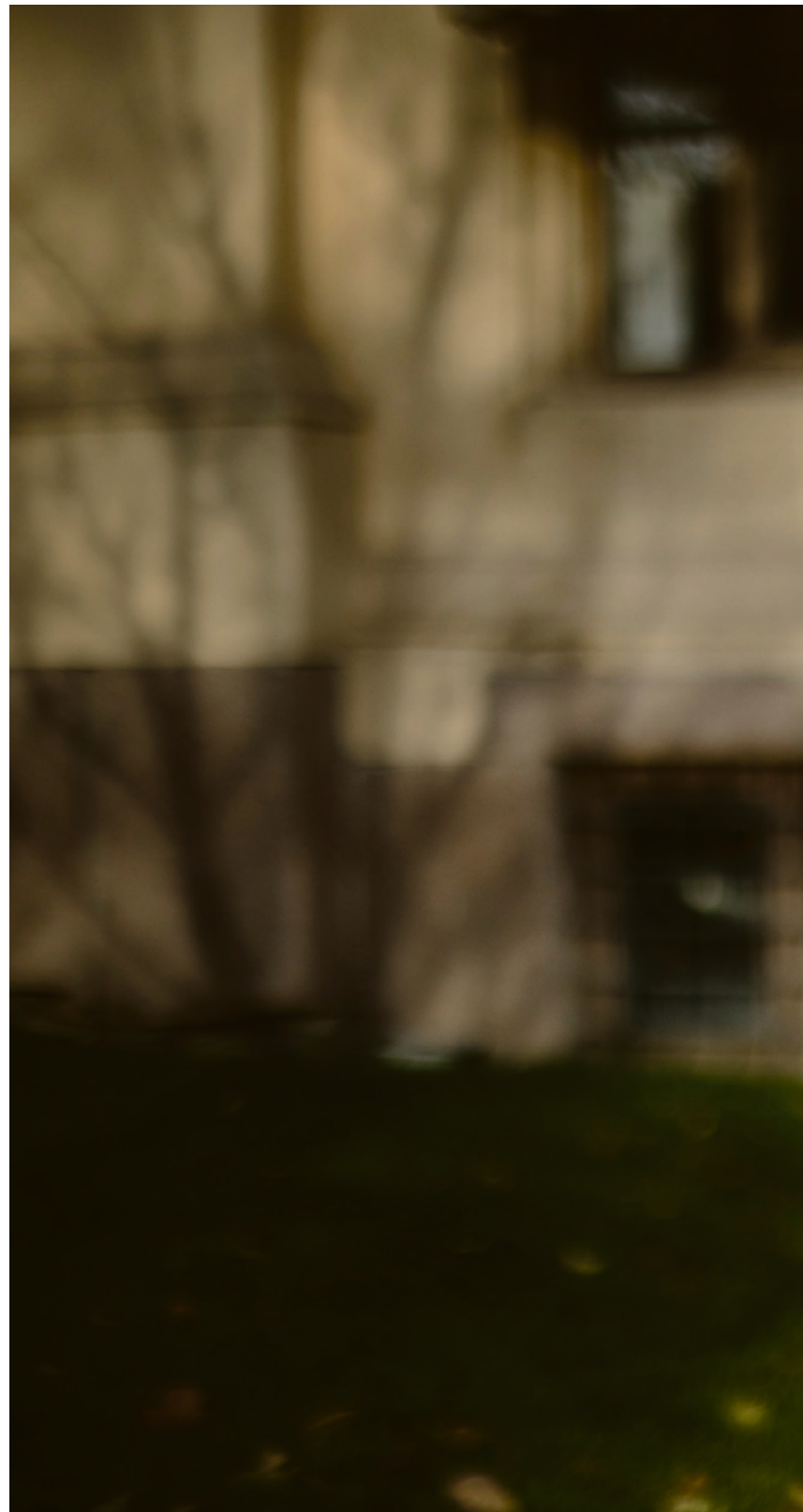
– Hvordan opplever dere at usikkerheten rundt LIS1 påvirker medisinstudenter?

– Det er tydelig at det blir en stor belastning for mange, både under selve studiet og etterpå dersom man ikke får en stilling, fortsetter han og legger til:

– Du går hele tiden rundt med en frykt for at du kanskje ikke har gjort nok for å få LIS1. Det er trist, når man i tillegg ser at det er en spesialistmangel i Norge.

Trapper opp stillinger

Legeföreningen har i flere år rådet regjeringen til å opprette flere LIS1-plasser. De mener 200 nye stillinger må til for å møte behovet for spesialistleger de neste ti årene. I lang tid gikk rådene for døve ører. Men tidligere i år kom også Helsedirektoratet på banen, og også de mener antall stillinger



må trappes opp med 200 plasser.

I forslag til statsbudsjettet 2020, foreslår Helse- og omsorgsdepartementet nå å opprette 38 nye stillinger i Nord-Norge.

Det synes Boudakkour er et steg i riktig retning.

– Men vi er selvsagt ikke i mål enda. For å dekke fremtidens behov for leger, er 38 nye stillinger langt ifra nok.

Flokker til Karrieresenteret

Når det nærmer seg ansettelsestid for LIS1, er det ikke bare psykologene hos Life Keys som opplever ekstra stor pågang fra medisin-

studenter. Før søknadsportalene åpnes, er Karrieresenteret ved Universitetet i Oslo nødt til å legge om driften sin ved å ha flere på vakt. Årsaken er den store pågangen fremtidige leger som flokker kontoret på Blindern.

– Dette er for mange en veldig avgjørende fase i livet, forteller Gisle Hellsten, leder ved Karrieresenteret.

– For det første har de vært studenter i mange år og økonomien er da deretter. De er også i en livsfase hvor de skal etablere seg. Mye faller på at de må komme i gang med karrieren sin. Når du i tillegg

er hjelp til å takle stresset



Uforutsigbar fremtid: Etter seks år med pugging av menneskekroppens kriker og kroker, er det ikke gitt at landets medisinstudenter går en lys fremtid i møte. Andrea Lid Pereira var heldig og fikk en plass på praksisprogrammet med oppstart i mars.

Folk vet at det er mange som blir stående uten jobb, og du konkurrerer mot studiekameratene dine

Andrea Lid Pereira, tidligere medisinstudent

skal avlegge ditt livs største eksamen, er det klart søking til LIS1 er en stressende situasjon.

Fatale konsekvenser

Ebenezer understreker at psykologene hos Life Keys er glad for økt oppmerksomhet rundt psykisk helse og mestringsteknikker blant leger. Han forteller at de har opplevd et stigma blant leger for å søke hjelp hos psykologer.

– Det har vært en tradisjon at leger ikke skal søke

seg til hjelp, fordi de skal mestre alt og hjelpe andre, sier han.

Det har i noen tilfeller fått fatale konsekvenser.

Tidligere forskning har slått fast at leger har høyere risiko for selvmord enn andre yrkesgrupper. Statistikk presentert av American Psychiatric Association (APA) i 2018, sier at en lege tar livet sitt i USA hver dag. Det er høyere enn i noe annet yrke. Forskning har også vist at personlig helse ofte havner langt nede på prioriteringslisten til leger. En doktoravhandling fra 2018 ved Institutt

for medisinske basalfag ved Universitetet i Oslo, konkluderte med at høye krav fører til at leger ofrer egen helse for andres.

Viser styrke

De siste årene har det internasjonale legemiljøet satt lys på helseplager blant leger. I 2017 ble det skrevet inn i den internasjonale lege-eden, også kalt Genèveerklæringen, at leger må forventes å «ivareta min egen helse, mitt velvære og mine evner, for å kunne gi omsorg av den høyeste standard».

– Sånn sett er det veldig bra at

de søker seg hjelp, fortsetter Ebenezer, som håper økt pågang viser at terskelen for å skaffe hjelp blant leger, blir lavere.

Han mener studentene som søker hjelp er ressurssterke ved å ta kontakt og søke hjelp selv.

– Alt som kan redusere uforutsigbarheten for denne gruppen og normalisere psykisk helse, tenker jeg er bra, sier Ebenezer, før han avslutter:

– Det betyr ikke at de viser noen svakhet. Tvert imot er det en styrke.

universitas@universitas.no

Nå blir det vanskeligere for private høyskoler å motta statsstøtte

Kunnskapsdepartementet foreslår å stramme inn kravene for at private høyskoler skal motta støtte fra staten, men kun én privatskole mener de vil påvirkes av endringene.

Privatskoler

tekst Rasmus Gorset Berg og Jantra Hollum

– Vi har like høye forventninger til private som statlige høyskoler, sier forsknings- og høyere utdanningsminister Iselin Nybø i en pressemelding. Kunnskapsdepartementet vil nå endre reglene slik at private høyskoler må være akkrediterte institusjoner for å motta støtte fra staten. For å bli akkrediterte må skolene oppfylle krav i studietilsynsforskriften (se faktaboks) og søke til Nasjonalt organ for kvalitet i utdanningen (Nokut). Lovendringen har vært diskutert siden 2017, og har tidligere blitt omtalt av Khrono.

Tar livet som det faller seg

Blant noen av de seks private høyskolene som i dag mottar statsstøtte, men ikke er akkrediterte som institusjoner, er forberedelsene allerede i gang.

– Vi arbeider med en institusjonsakkreditering nå og har levert inn første del av søknaden i vår i år, og venter nå på

I noen tilfeller kan det også være aktuelt å vurdere å slå seg sammen med andre, slik enkelte private høyskoler har gjort de siste årene

Iselin Nybø, forsknings- og høyere utdanningsminister

tilbakemelding fra Nokut, sier Cecilie Andersson, rektor ved Bergen Arkitekthøgskole.

Hun regner med at prosessen

med å få akkreditering kan ferdigstilles i løpet av 2020 dersom behandlingstiden hos Nokut ikke er lang.

Også Steinerhøyskolen har hatt en målsetning om å oppnå institusjonsakkreditering, forteller styreleder Ninon Onarheim. Hun sier den varslede endringen vil fremskynde prosessen.

– Vi arbeider systematisk med å oppfylle vilkårene. Å drifte Steinerhøyskolen uten statsstøtte vil være meget vanskelig.

I Kunnskapsdepartementets pressemelding bekrefter de at det vil være en overgangsperiode på fem år.



Iselin Nybø
forsknings- og høyere utdanningsminister

Ifølge Nybø er overgangsordningen ment til at de private skolene skal få tilpasset seg det nye regelverket.

– Endringen har ikke som mål at færre institusjoner skal inkluderes i tilskuddsordningen, men at kravene for å kunne motta statstilskudd settes høyere, sier Nybø.

Mangfold i sektoren

Samtidig åpner Kunnskapsdepartementet også for unntak til den foreslåtte regelen.

– Unntaksbestemmelsen er foreslått fordi også små og spesialiserte institusjoner kan ha viktige utdanningstilbud med høy kvalitet. Vi har lagt vekt på at det er viktig med mangfold i sektoren, sier Nybø.

Hun forklarer at i løpet av overgangsperioden kan disse høyskolene søke om å bli institusjonsakkreditert på egen hånd, eller søke om statstilskudd etter unntaksbe-

stemmelsen.

– I noen tilfeller kan det også være aktuelt å vurdere å slå seg sammen med andre, slik enkelte private høyskoler har gjort de siste årene.

Det er et viktig kvalitetsstempel

Marte Øien, leder av Norsk Studentorganisasjon

En av seks trenger unntak

Camilla Myhre, administrativt ansvarlig ved Høyskolen for dansekunst, forteller at de har fulgt saken lenge fordi den foreslåtte endringen i utgangspunktet vil få store konsekvenser.

– Vi er en av de minste private høyskolene i Norge, og dersom vi mister statsstøtte vil det nok være kroken på døren for oss.

Hun påpeker at ettersom de er en kunsthøgskole, er organiseringen av skolen annerledes enn det som er vanlig og at det derfor er vanskeligere for dem å oppnå institusjonsakkreditering.

– Tidligere har forslaget ikke inkludert en unntaksregel, så vi er veldig glade for at den ble med. Vi håper den kan gjelde for oss, sier Myhre.

Ingen bekymringer og strev

Barratt Due musikk institutt (BDM) har vært kjent med forslaget siden 2017, og mener lovendringen ikke skal få konsekvenser for dem.

– I november 2018 mottok instituttet besøk av kulturminister Trine Skei Grande og forsknings- og høyere utdanningsminister Nybø, som formidlet at regjeringens behandling av lovforslaget hadde besluttet at vi skulle få et unntak fra loven, sier Benedicte Christie Knudtzen, kommunikasjonskonsulent for BDM.

Også rektor for Høgskulen for landbruk og bygdeutvikling (HLB), Dag Jørund Lønning, har vært klar over forslaget en stund og sier han ville blitt overrasket dersom deres skole ikke kommer inn under unntaksregelen.

– Utover dette vil vi selvsagt også vurdere institusjonsakkreditering innenfor overgangsperioden. Da regner vi med at regjeringen legger til rette for at reglene også er tilpasset de små aktørene, og at kvalitet, ikke

kvantitet, er utslagsgivende.

Vent å se

På spørsmål om unntak vil bli gitt til BDM og HLB, svarer Nybø at Stortinget først må vedta lovendringene, og så vil det være mulig for enkeltinstitusjoner å søke om tilskudd etter unntaksbestemmelsen.

– På besøket på Barratt Dues musikk institutt ble det orientert om at Kunnskapsdepartementet ville sende et lovforslag på høring, der det var foreslått unntak fra kravet om institusjonsakkreditering for statstilskudd. Dette lovforslaget ligger nå til behandling i Stortinget, sier Nybø.

Marte Øien, leder for Norsk Studentorganisasjon (NSO), sier de støtter forslaget fra regjeringen.

– Det er et viktig kvalitetsstempel med institusjonsakkrediteringen og det tilsynet Nokut fører. Det er viktig for at studenter føler seg trygge i de utdanningsvalgene de tar, sier hun.



Marte Øien
leder av Norsk Studentorganisasjon

NSO har kommet med innspill til forslaget til endring i vilkår for statstilskudd til private høyskoler. De ser også unntakshjemmelen som nyttig, for å kunne tillate statstilskudd ved særlige tilfeller.

– Det betyr ikke at de institusjonene som rammes ikke har en egenverdi for samfunnet gjennom det de tilbyr, derfor mener vi det er viktig at de institusjonene får den bistanden de trenger for å oppfylle kravene om å bli akkreditert.

Universitas har spurt Høyskolen for ledelse og teologi om hva de tenker om lovendringen, men de har foreløpig ikke hatt mulighet å svare.

universitas@universitas.no

Krav for akkreditering av institusjoner

- + Skal ha et faglig nivå innen utdanning, forskning og/eller kunstnerisk utviklingsarbeid og faglig utviklingsarbeid som er i samsvar med kravene i forskriftene.
- + Skal ha en strategi for utdanning, forskning og/eller kunstnerisk utviklingsarbeid og faglig utviklingsarbeid.
- + Institusjonens systematiske kvalitetsarbeid skal være godkjent av Nokut.
- + Institusjonen skal ha et jevnlig opptak av studenter og et tilfredsstillende antall kandidater som fullfører til normert tid.
- + Institusjonens forskning og/eller kunstneriske utviklingsarbeid og faglige utviklingsarbeid skal utføres i samspill med utdanningsvirksomheten.
- + Institusjonen skal ha en relevant kompetanseprofil, og den samlede kompetansen skal være på nivå med sammenlignbare institusjoner i samme institusjonskategori.

Disse seks mottar støtte, men er ikke akkrediterte institusjoner

- + Barratt Due musikk institutt
- + Bergen Arkitekthøgskole
- + Høgskulen for landbruk og bygdeutvikling
- + Høyskolen for dansekunst
- + Høyskolen for ledelse og teologi
- + Steinerhøyskolen



Ribbet for pinnekjøtt

Kelner, kelner! Det er et salatblad i kli-maavtrykket mitt.

Julebord

tekst Ellisiv Sunde Myrva

Når nettene blir lange og kulda setter inn, så sier Velferdstinget til arbeidsflokkene sin: Årets julebord blir vegetar. Den planlagte vegetarmenyen på julebordet skapte en opphetet diskusjon i Facebookgruppen til Velferdstinget i Oslo og Akershus (VT). Skal alle få feire jul igjen?

– Julebordet skal være vegetarisk, utenom for de som har allergier og er vegnere, sier Gard Løken Frøvoll, leder for VT, til Universitas. Han påpeker at det var flere ting som påvirket beslutningen, blant annet kutt i budsjettet for julebord og et mer appetittvekkende vegetartilbud fra cateringfirmaene.

– I tillegg ønsker vi mer bærekraftig mat, så da tenkte vi å gå frem med et godt eksempel for dette julebordet, konstaterer han, som han for øvrig tipper rundt 40 stykker vil komme på.

– Jeg oppfordrer folk til å være åpne og prøve, innse at det bare er et måltid, og møte julebordet med et åpent sinn.

Men VT er langt fra alene om å velge grønt: Khrono har tidligere omtalt Universitas i Bergen sin beslutning om vegetarisk julebord. Assisterende universitetsdirektør ved Universitas i Oslo, Tove Kristin Karlsen, opplyser til Universitas at de ikke har julebord for sentraladministrasjonen, men arrangerer en julefest med tapas, der det vil være vegetartilbud.

Gilde setter smak på julen
William Sæbø, som sitter i valgkomiteen for VT, stiller seg kritisk til valget. Han påpeker at det er merkelig ettersom man har hatt kjøtt på tidligere julebord.

– Jeg reagerte fordi kjøtt er noe folk flest spiser i dette landet, og er noe de aller fleste forbinder med julemat.

– *Beslutningen ble blant annet tatt for å gå frem som et eksempel for bærekraftig mat. Hva tenker du om det?*

– Da kan man gjøre det på møtene i stedet, som er der man spiser mest mat i løpet av et år i VT. Men akkurat på et julebord kan man unne

seg litt ekstra, sier Sæbø, og minner om at det er bedre å gå foran jevnt over et helt år enn kun en enkelt anledning.

La støvelen stå i midten

Terje Horpestad fra Moderat Liste påpeker at det er godt med et vegetaralternativ, men at folk bør få velge selv.

– Hvis man ønsker å gå fram som et eksempel på bærekraft, kunne jo lutefisk eller fisk og lefse, som de spiser i Setesdal, vært en løsning til et ikke-vegetarisk alternativ, påpeker Horpestad.

Innse at det bare er et måltid

Gard Løken Frøvoll, leder for Velferdstinget

Leder for Grønn Liste, Axel Klanderud, ser derimot på beslutningen som et svært bra tiltak, og synes det er en beslutning som trekker VT i riktig retning.

– Et vegetarisk julebord er inkluderende for alle. Dette er også mindre dramatisk enn enkelte vil at det skal være, påpeker Klanderud.

Doven, lat, tjukk i magen

Det vil ikke være et alternativ for de som ønsker kjøtt på julebordet for VT. Denne beslutningen deler de med Studentparlamentet ved Universitas i Oslo (UiO), som også vil stille med vegetarmat ved sitt nyttårsbord.

– Vegetarmat er ikke bare bra for dyrene, men også bra for helsen, sier Christer Andreas Orvin Wroldsen, leder i Studentparlamentet ved UiO, og refererer lekent til Grønnsakspisersangen i Hakkebakkeskogen.

– Studentparlamentet har sluttet å servere kjøtt på sine arrangementer av hensyn til både klima og dyrevelferd, påpeker Wroldsen.

Leder i Studentparlamentet ved Oslomet, Ola Gimse Estenstad, informerer om at de derimot vil servere både kjøtt og vegetar til de som ønsker ved deres julebord. Estenstad sier til Universitas at de ønsker å tilrettelegge for at man skal spise mindre kjøtt, som på tilslutningskonferansen, som var et kjøttfritt arrangement.

Så om julematen deres, det blir ei lita nøtt, så får vi håpe at lederne kan stille opp en fleskebit på skrå, som alle kan få lukte på. For på julebordskvellden skal alle sammen være glad.

universitas@universitas.no

Rus og dus

CANNABIS: En av syv unge har brukt cannabis det siste året, ifølge en ny Rusundersøkelse fra SSB. Over en av fire i aldersgruppen 16 og 24 har prøvd stoffet.

– Cannabisbruken blant voksne har vært relativt stabil de siste tyve årene, sier Anne Line Bretteville-Jensen, forsker ved Folkehelseinstituttet.

Det er svært få av de unge hardbarka røykerne: Kun 3 prosent røyker daglig. Men inkluderer man «festrøykerne» stiger tallet til 14 prosent. Det gjenspeiler at i årene etter 1973 har andelen røykere blitt redusert i alle aldersgrupper, og nedgangen i røyking over de siste ti årene er større blant unge sammenliknet med eldre aldersgrupper, ifølge Folkehelseinstituttet.

Keen på jobb OG hook?

DATING: Masteren er levert og det er på tide å forlate redet, Blindern, og utforske den store verden. Du har gjort deg rik på kulturell kapital i studietiden, men er fattig på kjærlighet, og du lurar på: Er det innafor å hooke med kolleger? Så klart! I følge en ny undersøkelse fra den geobaserte datingappen Happn er et flertall av nordmenn åpne for å date kolleger. Dette er altså appen som gjør det mulig å finne personer du har vært i nærheten av – ikke ekkelt i det hele tatt. Men, hvor bør du søke jobb dersom du er singel? Det kommer kanskje ikke som et stort sjokk at det er flest single blant journalistene i mediekonsernet Schibsted. Etter en lang morgen med dramatiske rykk og pushvarsler er det ingenting som frister mer enn en liten flørt i nyhetsrommet – det er nemlig også her det er størst sjanse for å få fløyten din besvart i arbeidstiden. Hvis dette ikke helt faller i smak kan Happn gledelig meddele at også i Posten og på DNBs hovedkontor blir det flørtet friskt blant de single.



Hjem til jul

KLIMA: «Nesten 200.000 studenter skal snart hjem til jul, og måten du reiser på har stor innvirkning på miljøet. Tar du flyet forurenser du over 12 ganger mer enn med tog eller buss, og velger alle å fly tilsvarer dette nesten 300 reiser rundt jorden,» skriver Sammen Bergen på sitt Facebook-arrangement «Jeg reiser miljøvennlig hjem til jul!», der de oppfordrer studenter til å være tidlig ute med å bestille tog- og bussbillett hjem i desember. To av tre studenter nemlig utenfor hjembyen sin, ifølge SHoT-undersøkelsen. Har Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus tenkt på en lignende kampanje?

– Vi kommer til å dele kampanjen fra Sammen på Facebook og oppfordre Oslostudentene også til å velge miljøvennlig transport når de etter hvert skal hjem på juleferie. Veldig fint initiativ fra Bergen det der, skriver kommunikasjonsrådgiver Nina Langeland i en e-post til Universitas.



KUN ÉN AV TRE NORSKE IKT-DOKTORGRADER ER TATT AV NORDMENN: – Et kjempetabu å kvotere basert på nasjonalitet



Ønsker kvotering: Audun Jøsang har over lengre tid forsket på informasjonssikkerhet og cybersikkerhet. Professoren mener at kvotering av nasjonalitet blant studenter er en nødvendighet for å verne om IKT-sikkerheten.

Andelen utenlandske studenter på studier om IKT-sikkerhet øker. Det kan hemme den nasjonale sikkerheten i framtiden, mener professor i informatikk.

IKT-sikkerhet

tekst Carl Henning Bjørnstad
foto Jacob Aars

– Det er offisiell politikk at det ikke skal være kvotering, men jeg synes at man skal få lov til å gjøre nettopp det. Dessverre er kvotering basert på nasjonalitet tabubelagt, sier professor for informatikk ved Universitetet i Oslo (UiO), Audun Jøsang til Universitas.

Forskning fra Nordisk institutt for studier av innovasjon, forskning og utdanning (NIFU) viser at to av tre som avlegger en doktorgrad i IKT-fag er utlendinger. Det var NRK som først omtalte saken.

Må sikkerhetsklareres

Jøsang er ikke overrasket over de ferske tallene til NIFU, og kjen-

ner seg godt igjen i den markante internasjonaliseringen. Han mener at det kan oppstå etiske dilemmaer når studentene tildeles stipend for å gjennomføre forskning, særlig for studenter fra land som ikke er medlem i NATO og som ikke kan sikkerhetsklareres.

– Når stipendet kommer fra et forskningsprosjekt der det er vi som styrer, har det hendt at jeg har valgt å kvotere inn studenter som kan sikkerhetsklareres. Vi har partnere som blant annet Nasjonalsikkerhetsmyndighet og Etterretningstjenestens våpenskole, og da synes jeg ikke at det passer å ha forskningsstudenter fra land utenfor NATO, forklarer Jøsang.

Informatikk skiller seg på mange måter ut fra andre fagfelt, der det gjerne dukker opp et krav om sikkerhetsklarering. I

flere stillinger er det også et krav om at man må være norsk statsborger, for å verne om eventuelle statlige hemmeligheter.

– De andre forskningsgruppene på instituttet trenger antakeligvis ikke å ta slike hensyn, fordi deres fagfelt som regel ikke berører nasjonal sikkerhet. Jeg har stor respekt for folk som passer på nasjonens integritet og sikkerhet, noe vi i universitetssektoren også bør støtte, påpeker Jøsang.

Vi kan ikke begynne å diskriminere på bakgrunn av nasjonalitet i akademia

Stian Skarheim Magelssen, internasjonal ansvarlig i NSO

Fordomsfrie

Åvald Åslaugson Sommervoll (24) er en av studentene som tar en doktorgrad på Institutt for Informatikk på UiO. Sommer-voll er godt i gang med andre-

året av graden, der han forsker og spesialiserer seg på kryptologi. Kryptologi er vitenskapen om sikker kommunikasjon, som ofte handler om å «knekke» kryptert informasjon og koder.

– Det er interessant hvordan politikken spiller inn i stipendene. Mitt stipend er for eksempel et direkte resultat av avisoppslagene i desember 2017, om at Norge mangler kryptokompetanse, sier Sommervoll.

– Hvordan var søknadsproses-

sen for å komme inn på instituttet?

– Det var ikke en veldig lang søknadsprosess, men jeg var åpenbart nødt til å fullføre mastergraden min før jeg kunne

søke. Jeg hadde en begrenset kryptobakgrunn før jeg startet, men alt er godt tilrettelagt her på UiO.

I tillegg til Sommervoll, er det en rekke andre doktorgradsstudenter på instituttet, deriblant flere fra land utenfor NATO. For professor Audun Jøsang er det viktig å påpeke at den ønskelige kvoteringen ikke skal kaste et dårlig lys over de internasjonale studentene, men at det først og fremst handler om den framtidige sikkerheten.

– I bunn og grunn er vi veldig fordomsfrie, og vi vil veldig gjerne ha så mange interesserte studenter som mulig, uansett hvor de kommer fra. Grunnen til at vi i sikkerhetsgruppen har et flertall av norske studenter og ønsker å kvotere, er bare av hensyn til våre partnere i forskningsprosjektet og for landets framtidige sikkerhet, forklarer Jøsang.

– Diskriminering

Internasjonal ansvarlig i Norsk Studentorganisasjon (NSO), Stian Skarheim Magelssen, er

svært kritisk til ideen om kvotering på utdanningsnivå, og mener at dette bare kan skape enda større forskjeller.

– Man skal ikke bruke sikkerhetserklæring som et middel på et offentlig studium. Det blir diskriminering å nekte folk å studere på universiteter og høyskoler, og vi kan ikke begynne å diskriminere på bakgrunn av nasjonalitet i akademia, forteller Magelssen.

– Grunnen til at det er for få norske doktorgradsstudenter i IKT-faget er nok todelt. Enten klarer ikke institusjonene å rekruttere de norske studentene på riktig måte, eller så er kvalifikasjonene for vanskelige for de norske studentene. Det er dette vi må gjøre noe med, og nøkkelen er ikke å ekskludere på bakgrunn av nasjonalitet, legger han til.

Magelssen i NSO mener også at en eventuelt kvotering kan skade forholdet Norge har med resten av verden.

– Det å skille mellom mennesker på denne måten blir så rart. Det kan være farlig å utdanne hvem som helst til dette, norsk eller utenlandsk. Dette handler om en utdanning, ikke en profesjon eller en jobb.

– Vi kan ikke begynne å sikkerhetsklarere på utdanningsnivå. Norsk akademia skal være åpen og inkluderende, og vi er nødt til å holde tritt internasjonalt, sier han.

Også forsknings- og høyere utdanningsminister Iselin Nybø (V) mener at forskningen må basere seg på kunnskap og kvalitet, uavhengig av hvilket land menneskene kommer fra.

– Forskning er i sin natur internasjonalt. Fagmiljøene går på tvers av alle landegrenser og

jobber med de smarteste hodene uansett nasjonalitet og land. Det er også idealet – for vi må tiltrekke oss de beste for å løse utfordringene vi står overfor, sier Nybø til Universitas.

– Grunnen til at så mange utenlandske studenter tar doktorgradsutdanning på dette feltet, også studenter fra utenfor NATO, er at det er et internasjonalt arbeidsmarked. Når vi snakker om forskning, må våre fagmiljøer rekruttere de smarteste folkene uansett nasjonalitet og land, legger hun til.

– Må ta det på alvor

Michael Spjelkavik Mark i NIFU har skrevet flere forskningsrapporter rundt temaet, og ledet blant annet et forskningsprosjekt som pekte på en økt mangel på IKT-sikkerhetskompetanse i Norge. Mark er enig med Jøsang om at det kan være problematisk at en såpass høy andel av IKT-studentene er utlendinger.

– Det er helt klart en utfordring at nesten to av tre av norske doktorgrader i IKT er tatt av utlendinger. En av flere utfordringer er risikoen for at doktorandene flytter til utlandet etter avlagt doktorgrad – her har utenlandske doktorander en større sannsynlighet for å forlate landet enn norske. Dette kan være med på å hemme undervisningskapasiteten.

– Er utviklingen skremmende?

– Det er vanskelig å si om det er skremmende, men det er ikke noe tvil om at dette er en problemstilling en må ta på alvor. De siste årene har vi vært vitne til flere cyberangrep i verden, og det er eksempler på hvor ille det kan gå når man er for sårbar, svarer Mark.

universitas@universitas.no



Mangfold: Leder i studentforeningen African Student Association, Rahwa Tilahun Yohaness, jobber med å fremme høyere utdanning til ungdom med afrikansk opprinnelse i Norge.

Studenter fra sør får igjen studere gratis i Norge

Regjeringen bevilger millioner for at 300 studenter fra utviklingsland skal kunne studere i Norge til neste år.

Utvikling

tekst Emma Fløde
foto Charlotte Førde Skomsøy

– Studentene kommer med unike forståelser av verden som er annerledes enn deres medstudenter fra Norge eller andre vestlige land. Dette vil bidra til at kunnskapen som blir produsert gjennom disse utvekslingsprogrammene vil være mer nyansert, sier leder av studentforeningen African Student Association ved Universitetet i Oslo, Rahwa Tilahun Yohaness.

Hun jubler over den økte bevilgningen til partnerskapsprogrammet Norpart, som jobber for globalt akademisk samarbeid. Regjeringen har satt av 70 millioner i statsbudsjettet for at studenter fra utviklingsland på nytt kan komme til Norge for å studere gratis etter at kvotestudentprogrammet ble avviklet i 2016.

Grunnprinsippene i den tidligere kvoteordningen var

at studenter fra land som gjennomgikk en eller annen form for utvikling, mottok studie-støtte fra Lånekassen for å studere i Norge. Gjennom Norpart har de valgt å konsentrere samarbeidet til færre institusjoner og etablerer et skille mellom samarbeid med land som Brasil og på den ene siden, og utviklingsland på den andre siden.

– Bidrar til utvikling

Flere av medlemmene i African Student Association har fått muligheten til å studere i Norge gjennom nettopp dette programmet.

– Slike utvekslingsprogrammer er bra, ikke bare for studentene og landene de kom-

Avtalen om gratis utdanning forutsetter at studentene drar tilbake til hjemlandet etter endt utdanning. Dersom de ikke reiser tilbake, må de betale tilbake støtten de har fått fra Lånekassen for å dekke utdannelsen.

– De kan ta kunnskapen sin til sine respektive land og bidra til utviklingen av sine land og kontinenter, påpeker hun.

Hundre helgradsstudenter

15 millioner kroner er satt av til stipender for helgradsstudenter fra sør. Forskning- og høyere utdanningsminister, Iselin Nybø (V), anslår at dette kan dekke i overkant av hundre helgradsstudenter per år.

– I 2020 ventes det at rundt 300 studenter vil komme til Norge gjennom Norpart. Med programmet har vi fått en dreining fra individuell støtte til enkeltstudenter til mer gjensidig mobilitet mellom norske institusjoner og utdannings-

institusjoner i samarbeidslandene. Dermed fremmer Norpart tettere faglig utdanningssamarbeid, sier Nybø til Universitas.

Hun trekker frem utvikling av felles kurs, emner, pensumutvikling og -forbedring, seminarer og gjesteforelesninger. Dette betyr at langt flere enn de studentene som drar på utveksling, kan dra nytte av samarbeidet, påpeker hun.

universitas@universitas.no



Kryptoman: I desember 2017 fikk Åvald Åslaugson Sommervoll tildelt stipend for å forske på kryptologi. Nå er 24-åringen godt i gang med doktorgraden på UiO.

Psykologistudenter holder stressmestring: – Det finnes in

De er ennå ikke profesjonelle psykologer, men de er proffe på stress. Gjennom SiO Psykisk helse leder de kurs for studenter i Oslo.

Psykisk helse

tekst Selma Stormyren Larsen
foto Iver Daaland Åse

Det er like før kursstart, og stemningen er lett nervøs. I et rom ved Frederikkeplassen på Blindern sitter 25 studenter. De er fordelt i grupper, de fleste fremmede for hverandre. Men de har et felles mål: Å være forberedt når eksamensstresset kommer.

Kurslederne Maria Jones og Henning Rognlien er ferske – dette er det andre stressmestingskurs de leder for Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus (SiO). Men de har annen viktig erfaring: Begge er fremdeles studenter, og har god kjennskap til en stresset studenttilværelse.

– Stress er kroppens hjelp i truende situasjoner, forklarer Rognlien.

Han adresserer alle kursdeltakerne når han sier:

– En av grunnene til at akkurat vi sitter her, er at forfedrene våre har greid seg gjennom ekstreme situasjoner. Det er mye takket være kroppens stressmobilisering.

I løpet av de kommende timene vil deltakerne lære mer om kroppens stressreaksjoner. Først og fremst vil Jones og Rognlien gi råd til hvordan man kan takle stresset, samtidig som unge stilles overfor stadig høyere krav – og hva man gjør om det går for langt.

Stressmestringspress

Noen timer før kurset begynner, forteller Jones og Rognlien til Universitas at de håper noe fra kurset resonnerer med hver enkelte deltaker. Kurset er tre timer langt, og de har mye på tapetet.

– Vi er litt redde for at folk skal se tittelen «stressmestring» og tenke at det er enda en ting de skal være flinke til, sier Rognlien.

– Man kan ikke bli stressa av

at man ikke lever opp til rådene man har fått på et stressmestingskurs! Det vil vi ikke bidra til, sier Jones og ler.

Men kurslederne har trolig lite å bekymre seg for. Tilbakemeldingene på det første kurset har vært gjennomgående positive.

To av denne onsdagens deltakere, samboerne Matilde Aurland og Karl Slartmann, er enige om at kurset er et etterlenget tilbud. Begge synes livet som student er krevende.

– Du er aldri ferdig når du kommer hjem fra «jobb». Man blir veldig oppslukt, sier Aurland.

– Når man er midt i et krevende studieløp, med mange vurderinger, føles det av og til uoverkommelig, tilføyer Slartmann.

Han tror kurset kan sette ting i perspektiv:

– Det er lett å tenke at man er alene om å bli overveldet av alt som skal gjøres på et studium. Sannheten er vel at vi er mange om det, men det er ikke alltid

Når man er midt i et krevende studieløp, med mange vurderinger, føles det av og til uoverkommelig

Henning Rognlien, psykologistudent og kursholder

man klarer å se forbi andres ytre.

Kjenner studiemiljøet

Jones påpeker at stress er noe alle kjenner på i større eller mindre grad, avhengig av hvor man er i livet. Selv er hun intet unntak:

– Det verste året i livet mitt var da jeg tok opp fag for å komme inn på psykologi. Jeg måtte ha sekser i hvert eneste fag. Det var «make or break». Jeg fikk dårlig samvittighet hver gang jeg gjorde noe annet enn å lese, men akkurat det var ikke særlig produktivt – jeg ble bare veldig stresset, sier hun.

Siri Anette Hansen, studenttrådgiver i SiO Helse, tror det er betryggende for deltakerne at kursholderne selv er studenter.

– De kjenner studiemiljøet og vet hvor skoen trykker. Jeg tror det blir mer troverdig slik, fordi man vet at de kan relatere til problemene, på en annen måte

enn profesjonelle psykologer og rådgivere, som kanskje ikke har studert på 20 år.

Høyere krav

Studentenes Helse- og Trivselsundersøkelse (SHoT) fra 2018, viste at mange studenter scorer høyt på perfeksjonisme. Halvparten svarte at de alltid eller ofte har svært høye mål for seg selv.

Jones tror ikke stressnivået til dagens unge handler om at de er unormalt opptatt av å være flinke, og er kritisk til det såkalte «flink pike-syndromet».

– Dagens studenter må forholde seg til helt andre forutsetninger og krav enn studenter før, for eksempel er det stadig høyere snitt for å komme inn på mange studier. Det er noen fysiske ting i miljøet man tvinges til å forholde seg til og takle. Det har skjedd en utvikling i kravene som stilles til unge, det handler ikke om at man plutselig skal ha blitt så «flink».

Stressed – or depressed?

– Kan stress være sunt eller hjelpsomt?

– Stress handler om at kroppen blir aktivert. Det kan være et signal om at noe er viktig for deg, som å klare en eksamen eller å komme inn på et studium. Det er utvilsomt nyttig i noen situasjoner, forklarer Jones.

Rognlien er enig:

– Hvis du sitter på eksamen og ikke er stresset i det hele tatt, sånn at du «spacer» ut eller sovner, er ikke det ideelt heller. Energien fra eksamensnervene kan vi bruke, selv om den av og til kjennes ubehagelig.

Men det er noen faresignaler man bør legge merke til. Jones forklarer at langvarig stress kan gi mer alvorlige symptomer. Vedvarende vonde tanker, anspenhet og dårlig søvn over lang tid, kan kreve at man tar grep.

– Man må kjenne etter: Har jeg det bra nå? Hvis du isolerer deg over lang tid og har veldig mørke tanker, snakker vi kanskje heller om en depresjon, påpeker Rognlien.

– Da kan det være lurt å oppsøke hjelp.

– Ingen «quick fix»

Jones og Rognlien er enige om at de ikke kan liste opp enkle tips mot stress.

– På vei hit tenkte jeg over om det finnes en slags «fem raske

tips»-liste. Men jeg tror ikke det gjør det, da hadde ikke stress vært så vanlig, sier Jones.

– Det er mer enn bare noen enkle triks. Det handler om å kjenne seg selv over tid. Å håndtere stress er en treningssak. Jeg greier ikke å etterleve alt hele tiden selv, heller, tilføyer

Rognlien.

Men de fremtidige psykologene har likevel noen råd. SHoT-undersøkelsen fra 2018 viste at én av fire føler seg ensomme. Ifølge Jones er det lett å føle seg ensom når man er stresset, fordi man ikke ser at andre også har det sånn, og det blir fort en tilleggsbelastning.

– En fallgrube er å bare co-stresse, slik at man forsterker hverandres stress. Men å snakke om det med noen man har tillit



KURSHOLDERE: Maria Jones og Henning Rognlien er godt vant med å sitte på forelesninger, og har studert i mer enn fire år. Nå er det de som lærer bort det de kan.

er kurs i stress- ngen quick fix

til, kan være lurt.

– Kan man bli syk av stress?

Psykologistudentene tenker seg om.

– Det går an, men det er viktig at man ikke blir redd for stress. Man tåler faktisk ganske mye. Å ha veldig negative tanker om stressaktivering, er noe som kan gjøre en mer stresset, sier Rognlien.

Jones håper kurset gjør deltakerne bevisste på hva som er normalreaksjoner, og når man

bør oppsøke hjelp.

– Også håper jeg at de kjenner seg litt mindre alene. Selv om stress er individuelt, er det jo noe veldig grunnleggende og menneskelig. Og jeg håper de går derfra og vet at de kan komme tilbake og få mer hjelp.

universitas@universitas.no

Stress handler om at kroppen blir aktivert. Det kan være et signal om at noe er viktig for deg

Maria Jones, kursleder



Tilbudsguiden

AVIS



Grubbegata 6
Oslo

dagsavisen@kundesenter.com
www.dagsavisen.no
Tlf: 22 99 80 50

50 % studentrabatt på Dagsavisen



abo@morgenbladet.no
www.morgenbladet.no
Tlf: 23 33 91 80

50 % studentrabatt på Morgenbladet

Bestill her:
www.morgenbladet.no/student

BIL



STUDENTMEDLEMSKAP
I BILKOLLEKTIVET

Hyttetur, heim te mor,
bare litt rægging, eller kveldsjobb med
krav til bil?

56% studentrabatt på medlemskap i
Bilkollektivet

Lær mer og bli studentmedlem på:
bilkollektivet.no/student

BIL KUN NÅR DU TRENGER DET

EVENT



DJ Booking Norge AS
Frydenbergveien 48
0575 Oslo

djb@djb.no
Tlf: 90532929
www.djb.no

10% studentrabatt på leie av lyd- og
lysprodukter fra 123lyd.no

DJ til ditt studentparty/samling fra
djb.no

Spesialsydde løsninger er som passer
ditt budsjett.

FORENING



• Faglig og sosialt fellesskap
• Blant Norges beste medlemsfordeler
• Stipender og studieøkte
• Støtte på arbeidsplassen
• En tryggere jobbfremtid



SKANN KODEN FOR INNMELDING
ELLER FOR Å LESE MER!

MUSEUM



Norsk Teknisk Museum
Kjelsåsveien 143
0491 Oslo

Et eldorado for utforskende
i alle aldre.

Husk SENT m/fiksefest 14.februar
(18 år, kl. 19-23)

Studentbillett kr 100,-

Tlf: 22 79 60 00
www.tekniskmuseum.no
Facebook: Tekniskmuseum

Velkommen til oss!



Opplev Popsenteret - et moderne
og interaktivt opplevelsesmuseum
for norsk populærmusikk.

Syng i studio! Studentrabatt

Trondheimsvn. 2 v/Schous plass
Tlf: 22 46 80 20

Se våre aktiviteter og program på
popsenteret.no og fb/popsenteret

PSYKOLOG



Ta vare på din mentale helse!

Råd og veiledning fra kr 590

Finn ledige timer og bestill på:
www.oslopsykologklinikk.no

Noe du lurer på? Send oss en mail!
post@oslopsykologklinikk.no

SPRÅKREISER



Språkkurs i utlandet for norske
studenter

1-4 uker / 1-10 måneder.
Mulighet for lån/stipend fra
Lånekassen

Ut i VERDEN – Inn i SPRÅKET!
Norsk kontakt: BLTS Språk & Studier
Web: www.blts.no



SYKKELVERKSTED



Få gratis hjelp og verktøy til å fikse
sykkelen din selv over en kopp kaffe!

Åpent alle hverdager fra kl. 9-15
på Niels Henrik Abels hus.



Sykepleierpraksis: – Illevarslende å høre at man er utbrent allerede under studiet

Økonomisk problemer, dårlig kommunikasjon og lav motivasjon. Sykepleierstudenter synes dagens praksisordning er utfordrende.

Praksis

tekst Caisa Linea Hagfors og
Silje Jeanett Skogvang
foto Henrik Follesø Egeland,
Gina Clausen Karlengen,
Charlotte Førde Skomsøy

– De største utfordringene går på tid og økonomi. Og energinivået, ikke minst.

Det forteller sykepleierstudent Signe S. Dahl (25). Sammen med en rekke andre studenter ved VID vitenskapelige høgskole (VID), er hun for øyeblikket ute i nok en praksisperiode.

Tung hverdag

Nils Petter Edwinston (23) er en av dem. Han går tredje året på sykepleierstudiet ved VID, bedre kjent som Diakonhjemmet. Han trekker frem gode og lærerike stunder fra sine praksisperioder, men forteller også at det ofte dukker opp vanskelige situasjoner.

– På steder hvor man gjentatte ganger blir plassert i kjipe situasjoner og får tunge pasienter, kan man oppleve å føle seg utnyttet. Ofte opplever man at de ansatte er lei av å ta de tyngste stellene og pasientene, og da får studentene oppgaven med en beskjed om at det er en fin læringssituasjon, sier Edwinston og vektlegger:

– Som student skal man jo i utgangspunktet være der for å lære. Det er en tynn tråd mellom det å føle at man er arbeidskraft og at man skal være der for å lære.

Dobbelt arbeid

Sykepleierstudenter får ikke betalt når de er i praksis, og de fleste er avhengig av en deltidsjobb ved siden av. Journaliststudenter på den andre siden, får betalt 40 prosent av grunnlønn når de er ute i praksis i landets redaksjoner.

Edwinston ser seg nødt til å jobbe ved siden av studiene, og synes det er særlig vanskelig å kombinere det med praksis.

– Det er dyrt å leie her i Oslo og studielånet rekker jo ikke til hvis man ikke jobber ved siden av. Nå som jeg har praksis i Bærum må jeg betale for ekstra soner på bussen, og da har jo faktisk hele studielånet gått. Det burde ikke være slik, sier

han.

Dahl forteller om perioder hvor hun først har måttet jobbe fra syv om morgenen til halv ett på formiddagen i en deltidsjobb, for så å være i praksis fra tre til halv elleve.

– Jeg kan huske at jeg stilte spørsmål ved hvor forsvarlig det jeg holder på med nå er, så utslitt som jeg var da.

Begge sykepleierstudentene peker på tiltak de mener kunne gjort praksishverdagen lettere. En større avstand mellom praksisperiodene og en form for praksislønn ville hjulpet, mener de.

– Hadde vi fått 200 kroner per vakt, hadde vi jo fått en månedslønn på 4000 kroner. Som student kan du klare deg på det ved siden av studielån. 200 kroner er jo lite i forhold til hva man ville tjent som ansatt på en åttetimers vakt, sier Edwinston.

Hadde ikke fått beskjed

Sviktende kommunikasjon mellom skole og praksisplass, er også en problematikk studentene er godt kjent med. Da Dahl ankom praksisen sin på Kongsberg sykehus, hadde de ikke fått beskjed om at hun skulle komme.

– Da vi dukket opp var de overrasket over å få studenter. Da hadde sjefen vært borte, og det var en svikt i kommunikasjonen. De tok oss heldigvis veldig godt imot, men

vi følte oss litt som en byrde da vi kom og banket på døren.

I en e-post til Universitas svarer kommunikasjonsrådgiver Birgitte Gransæther ved Kongsberg sykehus at det er beklagelig at studenter blir tatt imot på en uprofesjonell måte.

– Vårt mål er at de skal være ventet hos oss, og hvis det ikke har skjedd i dette tilfellet, er det leit, skriver hun.

Edwinston mener misforståelser og dårlig planlegging kan gå ut over læringsutbyttet studentene har i praksis.

– I den første praksisen jeg hadde, jobbet begge veilederne mine femti prosent og jeg skulle følge deres turnus. Men det fungerte ikke i praksis. Jeg gikk ofte sammen med hjelpepleiere, og da føler man at man gjør en jobb som en ekstra assistent for avdelingen, forteller Edwinston.

Femti prosent av utdanningen vår skal ikke skal være basert på flaks

Ingvald Berg Lauritsen, leder i Norsk Sykepleierforening Student



Misfornøyde: Signe S. Dahl og Nils Petter Edwinston mener dagens praksisordning ikke legger til rette for at de er studenter. De drømmer om en hverdag der de slipper å være utslitt og bekymret for økonomien i praksisperioden.

Daglig leder ved praksisstedet Sagenehjemmet, Nina Martinussen, sier det ikke er meningen at veileder og student skal gå sammen hele tiden.

– Det kan oppstå misforståelser mellom veileder og student. Vi kan alltid bli bedre på den kommunikasjonen, samt legge bedre til rette for studenten og at de lærer det de skal lære, sier hun.

Intet nytt under solen

Leder i Norsk Sykepleierforening Student, Ingvild Berg Lauritsen, mener studentene trekker frem problemer som er gjennomgående i sykepleierutdanningen. Hun forteller at mange studenter rapporterer om dårlige forhold og manglende læringsutbytte på praksisplassen uavhengig av hvilken skole de er student ved.

– Det vi ser gå igjen er dårlig veiledning, hvor veilederne er lite forberedt. Vi ser også at studentene



Ingvild Berg Lauritsen
leder i Norsk Sykepleierforening
Student

dukker opp til praksis uten at avdelingen har vært klar over at de skal komme.

Det hender også at veileder er på ferie i lengre perioder av praksisoppholdet eller konsekvent jobber nattevakt, eller at studentene ikke

har kvalifiserte veiledere og mangler tett oppfølging, sier Lauritsen.

– Flere av studentene som sier de har hatt god erfaring mener de har hatt flaks med praksisplassen. Femti prosent av utdanningen vår skal ikke skal være basert på flaks. Derfor mener vi at vi må kvalitetssikre praksis i utdanningen, sier hun.

Lauritsen mener dette er viktigere enn å opprette flere studieplasser, slik regjeringen nylig vedtok å gjøre i statsbudsjettet for 2019. Hun frykter at flere dropper ut på grunn av dårlige erfaringer, manglende mestringsfølelse og tettere kamp om praksisplassene.

– Da vil vi sitte igjen med færre sykepleiere til slutt, uavhengig av antall studieplasser, sier hun.

Vibecke Elsmark Husevik, studieleder ved VID, fremhever at samarbeidet med praksisplassene er basert på gjensidig dialog, og ikke tilfeldigheter. Skolen inngår en samarbeidsavtale med prak-

sisinstitusjonene som sikrer høy kvalitet i overensstemmelse med studieplaner og nasjonale retningslinjer, og sender blant annet skriftlig informasjon til praksissteder før hver praksisperiode.

Skjevt maktforhold

Ingrid Langbo (26) er også sykepleierstudent på tredje året. Hun trekker frem enda en utfordring: Maktforholdet mellom veileder og student kan være problematisk i situasjoner der man ikke kommer godt overens.

– Praksisveilederne har mye makt, og det er lett at du kan stå i situasjoner hvor det blir bare ord mot ord. Hvis det er mangel på kjemi mellom veileder og student, så står du svakt som student i en eventuell strid.

Dette er kjent problematikk for Lauritsen.

– Veilederne sitter i en maktposisjon, og det kan være skremmen-



Karin Andersen
stortingsrepresentant for SV

de for studenter å si ifra. De mulige negative konsekvensene er så mye større enn det man eventuelt vil vinne på det å si ifra.

Hun mener flere holder tett på grunn av redsel for å ikke få praksisen godkjent.

Nina Martinussen fra Sagenehjemmet bekrefter overfor Universitas at de også er klar over dette problemet. Derfor har de fokus på å oppfordre studentene til å kommunisere klarere med praksisstedet underveis, sier hun.

– Ting må følges opp hele tiden, og hvis en student opplever at noe ikke er bra eller føler seg overlatt til seg selv, er det svært viktig at studentene sier ifra til en sykepleier, veileder eller daglig leder, sier Martinussen.

Samtidig etterlyser hun mer tilstedeværelse fra lærere:

– Vi opplever at lærerne er lite til stede på praksisstedet, og mener at her er det rom for forbedring. Hvis lærerne er flinke på å møte studentene ute i praksis, vil de komme tettere på studentsituasjonene. Da kan man skape et fint bindeledd mellom veileder og avdelingsleder, avslutter Martinussen.

Trenger flere sykepleiere

Karin Andersen, stortingsrepresentant for Sosialistisk Venstreparti, reagerer på at sykepleierstudentene føler seg fysisk og psykisk redusert.

– Det er illevarslende å høre at man er utbrent og demotivert allerede under studiet, sier Andersen.

Hun mener at helse- og omsorgsyrkene generelt har høyere forekomst av sykemeldinger som handler om utbrenthet og diverse helse- og slitasjeplager.

– De har et stort ansvar, og det er for få å dele ansvaret med på jobb. I dag er kravene høye og vi forventer at det skal være faglig høy kvalitet på medisin og omsorg, men tiden og ressursene strekker ikke til for å ivareta det, sier hun og vektlegger:

– Det er allerede mange nok som slutter som ferdige sykepleiere, og det trengs flere tusen inn i yrket. Da er det viktig at både utdanning og praksis er god, slik at du har den faglige tryggheten du skal ha som sykepleier.

Veien videre

Martin Brynildsrud Andersson, kommunikasjonsrådgiver ved Kunnskapsdepartementet, skriver til Universitas at de arbeider for tydeligere krav til både nivå på og utvikling av veilederkompetanse. I tillegg ligger det økte ressurser til pilotordning for praksis i kommunehelsetjenesten i statsbudsjettet for neste år.



Dette tjener akademiatoppene

Nysgjerrig på hvor mye din rektor eller foreleser tjener?

Skattelistene 2018

tekst Jantra Hollum og Jakob Bjørnøy

Tirsdag ble skattelistene offentliggjort og Universitas har tatt en gjennomgang av inntektene til toppene ved de ulike utdanningsinstitusjonene i Oslo. Rektor-førsteplassen går, i år som i fjor, til BI-rektor Inge Jan Henjesand, med hele 2,4 millioner kroner i inntekt. Et godt stykke under ham kommer rektor ved Universitetet i Oslo, Svein Stølen, med 1,6 millioner.



Inge Jan Henjesand
rektor ved BI



Svein Stølen
rektor ved UiO

Nede på sjetteplass finner vi rektor ved Høyskolen Kristiania, Arne Krumsvik, med 1,3 millioner.



Arne Krumsvik
rektor ved Høyskolen Kristiania

Blindermillioner

Det er flere akademiakjendiser på Blindern som har årslønninger i millionklassen, deriblant den pensjonerte psykologiprofessoren Fanny Duckert, sosialantropolog Thomas Hylland Eriksen og biologi professor Dag Olav Hessen.



Thomas Hylland Eriksen
sosialantropolog

Lønningene stiger jevnt over når man beveger seg mot Oslo-sentrum, nemlig på jussen: Den nyvalgte dekanen ved Det juridiske fakultet, Ragnhild Hennum, tjente akkurat over en million i fjor. Hun vant over Trine-Lise Wilhelmsen, men sistnevnte tjener også over halvannen million mer i året. Jodeldronningen Benedikte Høgberg har tidligere skapt overskrifter i Universitas med sine kontroversielle utspill, men det er ingen tvil om at hun og de andre professorene tjener gode penger på å lære opp fremtidens jurister.



Ragnhild Hennum
nyvalgt dekan ved Det juridiske fakultet



Benedikte Høgberg
professor ved Det juridiske fakultet

Penger i tenner

Men skal man peile seg inn på det mest lukrative akademiske feltet, bør man se til Det odontologiske fakultet. Universitas har tidligere skrevet om at instituttleder for klinisk odontologi, Jan Eirik Ellingsen, tjente 71 millioner kroner gjennom eget selskap. I fjor tjente Ellingsen hele 3.726.882 kroner. Formuen ligger på 47.201.304.



Jan Eirik Ellingsen
instituttleder for klinisk odontologi



Lisbeth Dyrberg
administrerende direktør i SiO

Topplønninger i SiO

Det er fremdeles svært lukrative lønninger i Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus (SiO) sin ledergruppe. Nederst ligger Vetle Bo Saga, som er styreleder i SiO, med 245.000 kroner i inntekt – som er en dobling fra i fjor. Det er likevel en lang vei opp til toppen: Administrerende direktør Lisbeth Dyrberg sine lønninger har tidligere skapt overskrifter og vært kilde til kritikk.inntekten hennes har tidligere økt og økt, men nå holder den seg stabilt på to millioner, med en minimal nedgang fra året før.

universitas@universitas.no

SiO-toppene

- + Lisbeth Dyrberg, administrerende direktør i SiO: 2.053.326
- + Trond Bakke, direktør for eiendomsutvikling: 1.545.221
- + Trond Morten Nejad-Trondsen, direktør i SiO Helse og rådgivning: 1.444.968
- + Helge Christian Haugen, eiendomsdirektør i SiO: 1.337.605
- + Gunn Kirsti Løkka, direktør for SiO Bolig: 1.231.418
- + Steffen Greff, direktør for SiO Mat og drikke: 985.086
- + Fredrik Refsnes, direktør for SiO Athletica: 793.224
- + Dordi Sylte, leder i SiO Barnehage: 718.903
- + Mike Fürstenberg, faglig leder SiO foreninger: 419.072
- + Vetle Bo Saga, styreleder i SiO: 245.794

Akademiakjendiser- og topper

- + Fanny Duckert, professor i psykologi og klinisk spesialist, Universitetet i Oslo: 1.352.044. Formue: 3.387.838
- + Thomas Hylland Eriksen professor ved Sosialantropologisk institutt, Universitetet i Oslo: 1.433.131. Formue: 5.100.651
- + Raino Malnes, professor ved Institutt for statsvitenskap, Universitetet i Oslo: 731.771
- + Terje Tvedt, forfatter, filmskaper og professor ved Institutt for arkeologi, konservering og historie, Universitetet i Oslo. Professor ved Institutt for geografi, Universitetet i Bergen: 719.138. Formue: 3.725.779
- + Kristian Gundersen, professor i biologi, Universitetet i Oslo: 747.836. Formue: 1.870.822
- + Dag Olav Hessen, professor i biologi, Universitetet i Oslo: 1.233.682. Formue: 2.353.695
- + Bernt Hagtvat, professor i internasjonale studier ved Bjørknes Høyskole: 732.593
- + Ragnhild Hennum, ny dekan ved Det juridiske fakultet: 1.030.133
- + Trine-Lise Wilhelmsen, jusprofessor, Universitetet i Oslo: 2.497.607
- + Geir Woxholth, jusprofessor, Universitetet i Oslo: 1.775.294
- + Benedikte Høgberg, jusprofessor, Universitetet i Oslo: 1.112.567
- + Mads Andænes, jusprofessor, Universitetet i Oslo: 993.134. Formue: 2.325.437
- + Kåre Lilleholt, jusprofessor, Universitetet i Oslo: 1.768.915. Formue: 8.533.017
- + Malcolm Langford, jusprofessor og vinner av årets utdanningspris, Universitetet i Oslo: 970.217
- + Pål Barkvoll, dekan ved Det odontologiske fakultet: 1.079.328
- + Jan Eirik Ellingsen, instituttleder for klinisk odontologi: 3.726.882. Formue: 47.201.304
- + Ivar Prydz Gladhaug, dekan ved Det medisinske fakultet: 2.181.159. Formue: 4.106.121
- + Rune Blomhoff, ernæringsforsker, Universitetet i Oslo: 1.202.609. Formue: 3.207.273
- + Morten Dæhlen, dekan ved Det matematisk-naturvitenskapelige fakultet: 1.190.429

ANNONSØRINNHold



Hvordan lykkes med eksamen

Om du ikke har kommet så godt i gang med studiene som planlagt, har du fortsatt nok tid til å gjøre det godt på eksamen, sier Olav Schewe, forfatteren bak Norges mest solgte studieteknikkbok. Selv gikk Olav fra å være gjennomsnittselev til toppstudent ved Universitetet i Oxford ved hjelp av studieteknikk. Han har samlet sine aller beste tips i boka Superstudent, så langt kjøpt av 25.000 studenter.

-Superstudent er skrevet fra en student til andre studenter, og er ikke urealistisk på hva du skal nå over. Det viktigste, det får du her, sier han.

LAG EN PLAN FOR EKSAMENSPERIODEN

Første steg mot suksess på eksamen er å få oversikt over eksamensperioden. Finn frem kalenderen og marker dagene du har eksamen på. Tell så over hvor mange dager du har igjen til å lese.

HA GODE NOTATER

Gode notater gjør repetisjon mye enklere. Ikke bare skriv lange sammendrag, men forsøk å organisere pensumet. Bruk forskjellige farger. Del informasjonen inn i nivåer og tegn gjerne enkle modeller og figurer.

TEST DEG SELV

Å teste seg selv er en av de beste måtene å lære på. Når du leser, kan du høre deg selv i det du har lest. Du kan også bruke puggekort. Når du bruker notatene dine, ikke bare les over, men hør deg selv i de også.

TREN PÅ EKSAMENSSITUASJONEN

Løs tidligere eksamensoppgaver på tid for å bli kjent med eksamensformatet og bli vant til å jobbe under press.

HVORDAN BRUKE PUGGEKORT

- 1) Skriv ned begrepet på den ene siden og forklaringen, formelen eller oversettelsen på den andre siden.
Skriv kun ett begrep per puggekort.
- 2) Bruk lite tekst: Jo færre ord jo bedre.
- 3) Ikke les kortene – test deg selv med dem. Se på én side av kortet og forsøk å komme på hva som står på baksiden.
- 4) Stokk om på rekkefølgen til kortene jevnlig. Variasjon hjelper innlæringen.
- 5) Dersom du bruker puggekort til å lære gloser, bytt regelmessig hvilken vei du leser de (F.eks. Norsk->Fransk og Fransk->Norsk)
- 6) Etter hvert som du begynner å få kontroll på bunken, splitt den opp i mindre bunker og bruk mer tid på de kortene som er vanskelig å huske.

Olav Schewe er ekspert på læring og forfatter av Superstudent – Norges mest solgte bok om studieteknikk. Han har tidligere blogget for Dagens Næringsliv og jobber nå på fulltid med å hjelpe andre til å lykkes med studiene.

EXCUSE ME PROFESSOR, WHO ARE YOU WEARING TODAY?

De er rundt oss hver dag. I forelesninger, kantinen, på biblioteket. De sprader rundt i minimalistiske snitt, fargesprakende skjorter og rare sokker. Vi har samlet et knippe av Oslos mest fashionable høgskole- og universitetsskikkelser.

TEKST OG FOTO: Linea Bancel
FOTO: Andreas Huset Holmemo

Theodor Barth

Professor i teori og skriving, Kunsthøgskolen i Oslo.

Det handler veldig mye om en kombinasjon av materialer, form og kvalitet. Jeg tenker over det jeg kjøper, og har kanskje ikke så mye. Man skal ta godt vare på plaggene. For meg har klær en sammenheng med pedagogikk. I dag har jeg hatt undervisning, da har jeg en «battledress» på meg. Den er helt sort og konstant. Hvis man skal jobbe med vanskelige og komplekse temaer, må man ha stabilitet. Jeg har tre aikido-jakker. De har jeg farget selv – en i grønn, en i oransje og en i lilla. Den oransje er til formidling. Jeg innbiller meg at det er en litt voldsom farge, og formidling krever alltid noen ofre.



Ida Eritsland

Foreleser i motehistorie- og teori på Oslomet og Kunsthøgskolen i Oslo, forsker på mote ved Høyskolen Kristiania.

Jeg vil beskrive stilen min som ganske enkel – litt minimalistisk med en edge. Det går ofte i fargene svart, hvitt, rosa eller blått. Jeg kler meg nok opp for forelesninger. Tidligere brukte jeg ofte boots og høye hæler. Nå er jeg mer avslappet. Hvis dagen inneholder skriving, blir det nok noe annet. Jeg prøver å bruke norske designere, eller ting jeg tror kan inspirere studentene. Jeg prøver å være tro mot det jeg liker, og mener det er viktig å tenke på å fronte det du står for – også innen mote og klær.



Jonas Bakken

Førsteamanuensis ved Institutt for lærer-
utdanning og skoleforskning, Universitetet
i Oslo.

Jeg prøver å finne en balanse mellom hva som kan passere i en jobbhverdag, med noe som er gøyalt. Som sokkene med Andy Warhols bananer, dinosaurer på den dyre design-gense-
ren og Swatch-klokken. Jeg får ofte kommentarer på sokkene. De fleste har begynt å notere seg at jeg har en samling av sokker og Swatch-klokker i forskjellige farger. Den mest crazy sokken jeg har er gul med en rosa ku på.



Ellen Lande Gossner

Universitetslektor i fotojournalistikk,
Institutt for journalistikk og mediefag,
Oslomet.

Jeg tror jeg kan la meg inspirere av alt mulig. Jeg er litt schizofren. Det handler mye om at jeg er opptatt av kreativitet. Men det handler også om det praktiske; om jeg fryser, må jeg ha ull. Men jeg velger noe som er fint, jeg skal føle meg vel. Det må være litt avslappet. En gang var det en som sa at jeg hadde fine bukser, og da var det en annen som brøt ut «Ellen har alltid kule bukser!».





Karen Disen

Høgskolelektor i tegning, Kunsthøgskolen i Oslo.

Hvis jeg skal kjøpe noe nytt, kan det ikke ligne på noe annet jeg har i skapet. Jeg inspireres av mennesker, alle de ulike typene man møter i løpet av en dag. Både på vei til jobb, og på jobb. Når jeg står opp tenker jeg ikke så mye på hva jeg skal ha på meg. Det er mer en type fremkalling. Det er alltid noen som ser på hva jeg har på meg. Det synes jeg er skikkelig kos. Disse møtene gjør hverdagen varmere.



Rannveig Windingstad

Hovedbibliotekar ved studentbiblioteket Sophus Bugge, Universitetet i Oslo.

De siste årene har jeg prøvd å utfordre meg selv litt mer. Gå med mer farger, for eksempel, og tørre å blande mønstre. Nå har jeg på et blomstrete skjørt og en stripe genser. Det ville jeg aldri brukt før. På jobb er jeg ofte i møter og ute i biblioteket. Da er det greit å se litt bra ut. Hvis jeg har en dårlig dag, hjelper det å gjøre litt ekstra med klærne. En gang fikk jeg en søt kommentar fra en student som kom og sa «Åh, du er alltid så stilig!».

Pupp mellom pensum



Kombo: Jil Yngland (31) tok sjansen på å få barn i studietiden. Hun tror færre ville valgt å studere senere i livet. Her er hun med Hilma på fem måneder i en liten matpause.



Fotostudent: Jil studerer fotojournalistikk på Oslomet. Hun fikk ett semester permisjon fra studiet og skal etter planen fullføre sammen med kullet sitt.

«Lag flere barn», var oppfordringen for 2019. Vi tok en prat med studentmødrene, og ba dem om å legge mammalivet på vektskålen.

Sudentfamilie

tekst Silje Kilmork Vemøy
foto Alf Andreas Grønli

– Hun kom én uke før termin, dagen etter jeg leverte eksamen. Vi hadde avslutningsfest fredag kveld, og vannet gikk lørdag morgen. Så det var flaks, for å si det sånn.

Vi drikker kaffe hjemme hos Jil Yngland (31). Vanligvis studerer hun fotojournalistikk, men akkurat nå er hun mamma på fulltid. Ved siden av kjøkkenbordet, ligger lille Hilma i en vippestol. Hun sier ikke stort, men ser i grunnen særdeles fornøyd ut. Som om hun vet at hun er i ferd med å portretteres av Norges største studentavis.

– Hun blir fem måneder første november. Permisjonen min varer frem til jul, og så skal jeg tilbake på studiet, forteller Jil.

– Egentlig ble jeg fortalt at jeg måtte ta hele året fri, fordi studiet er lagt opp slik at hvert kurs bygger på det neste. Det var sykt irriterende, for kursene har jo ingenting med hverandre å gjøre.

Kranglet med skolen

Jil tok opp problemet med Oslomet, men ble først møtt med et «lykke til, det er en eldgammel regel som er helt umulig å få endret». Heldigvis hadde hun fotolærere på utdanningen som tok kampen sammen med henne.

– Jeg har kranglet mye med skolen. Men det løste seg, og nå har de faktisk endret reglementet for fotoutdanningen. Jeg kan avslutte med klassen min, og så må jeg bare ta praksishalvåret etterpå.

Vi blir avbrutt av en liten Hilma som grynter i stolen. Tydeligvis har også hun et par honer å plukke med hvordan utdanningssystemet er lagt opp.

– Studentombudet hjalp meg, og mente at det dreide seg om brudd på likestillingsloven. Skulle jeg vært borte et helt år, hadde det nemlig også ført til at far hadde mistet pappapermisjonen. Poenget her er jo at skolen skal hjelpe deg tilbake på studiet etter du har fått barn. Det opplevde jeg virkelig ikke at var tilfellet her.

Tok bilde av egen fødsel

Hilma melder seg på igjen i vippestolen.

– Jeg tror hun er litt sulten.

Jil tar seg en ammepause, noe som forløper seg oppskriftsmessig, etter det vi kan se. Det er på tide å høre litt om sånne ting.

– Amming og det der har egentlig gått helt supert, altså. Og fødselen gikk også... overraskende greit, hvis det går an å si.

Universitas' fotograf skyver rundt på vippestolen og knipser i vei. Lille Hilma bare gliser, det finnes ikke antydning til blyghet foran kameraet. Kanskje ikke så rart, når mor jobber med foto. På Instagram finnes det et bilde hun har tatt av selve fødselen, mens Hilma fortsatt er mellom beina hennes. Snakk om yrkesdedikasjon.

Hadde vi vært to studenter, måtte vi faktisk bodd hjemme hos foreldrene mine

Jil Yngland, fotojournalistikk-student og mamma

– Far stod og tok bilder, men jeg sa bare «få kameraet hit a», og knipset et fra vinkelen jeg lå i.

– Alt er veldig her og nå

Vi pakker på oss yttertøyet, og går en tur bort til St. Hanshaugen. Gra-destokken beveger seg faretruende nær null, og på trærne er det kun de tøffeste bladene som henger igjen. Vi rusler. Jil forteller at det er nettopp dette som er det «aller diggeste» med å være i mammaperm.

– Det kan sammenlignes litt med å komme i feriemodus. Det tar noen dager, og i starten er man veldig rastløs. Du vet den følelsen man har som student, at det alltid er noe man burde...

Hun stopper opp et øyeblikk, som om hun i et par sekunder tar innover seg tilbakelagte studentbekymringer.

– Når alt prestasjonsjaget man ellers kjenner på forsvinner, så er det egentlig veldig digg. Vi begynner dagen med God Morgen Norge og lang frokost, og så går vi tur nesten hele dagen. Alt sammen er veldig her og nå.

Hun tusler avgårde med Hilma dinglede på magen i bæresele. Det ser så naturlig ut. Inntrykket man får av nedlesede mødre med all-verdens *baby-gadgets* som aldri kommer seg ut døra, er tilsynelatende ikke tilfellet her i gården.

– Det er én ting jeg anbefaler, og det er å bli boende i byen når man er student i mammaperm. Jeg ser for meg at det hadde blitt litt ensomt å skulle trille rundt ute i forstaden. Og selv om det er dyrt å bo i byen... man får det jo til.

Jil viser frem et bilde hun tok her om dagen, av en tripp trapp-stol som noen hadde satt ute på gata, og som havna rett i vogna til Hilma.

– Sønne ting finner man plutselig i byen! Kjempedig for studenten, tripp trapp-stoler er jo rådyre. Åh, her var det fint lys, kanskje jeg skal gå litt ned i trappa?

Sistnevnte var ment til fotografen. Samspillet mellom dem flyter rimelig sømløst – kanskje ikke så rart, når fotografen tar bilde av en fotograf.

Mer enn nok å bare være mamma

Vi knipser noen bilder i trappa på toppen av Haugen. Jil er forresten også tidligere fotograf i Universitas, men det tok noen år før hun turte å satse på drømmen som levebrød. Før hun begynte å studere foto, jobbet hun i nettbutikk i åtte år.

– Det var fint det, altså, men jeg kjente at jeg ville noe mer. Det er kjedelig å gjøre alt riktig hele tiden, så jeg bare hoppa i det, sier hun.

– Men det er jo ikke økonomisk fornuftig, spesielt ikke når ➤



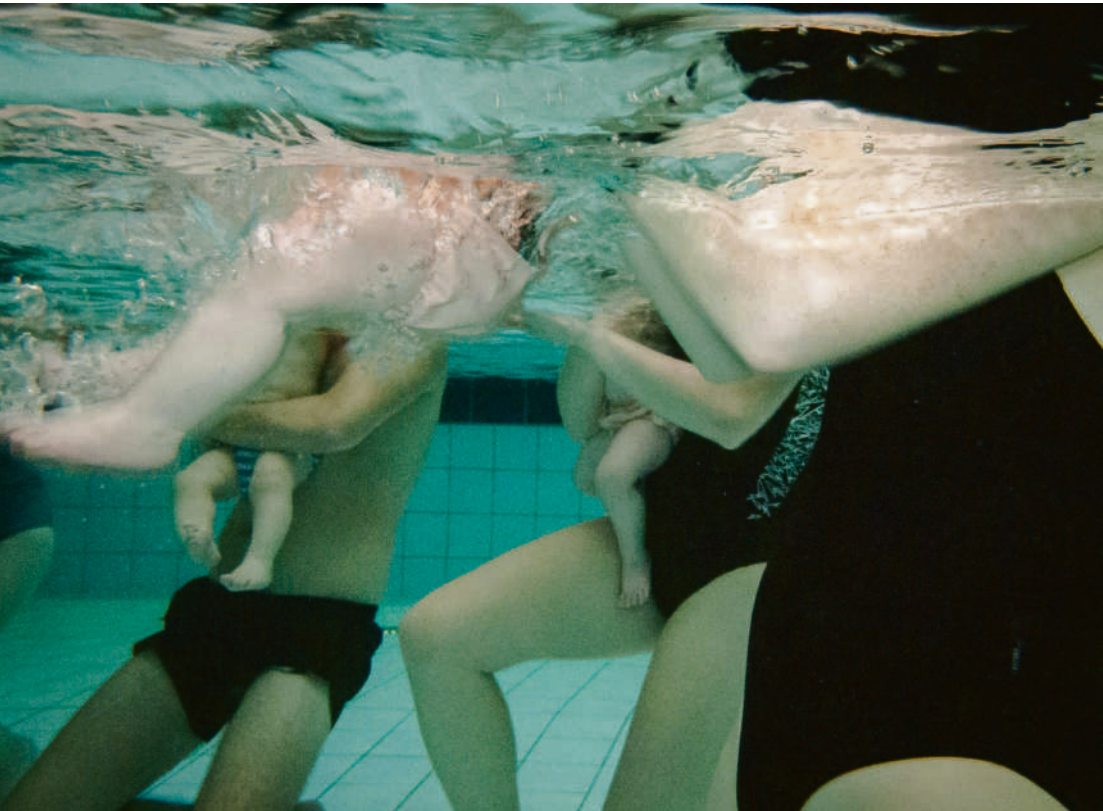
Lite søvn: – Jeg forberedte meg på det aller verste, men det er virkelig ikke så slitsomt som jeg trodde, sier Jil om mammatilværelsen.



Ivrig student: Ane Knutsen har en sønn på to år og går siste året på medisin. Hun hadde ikke klart det, hadde det ikke vært for at de eier en leilighet og at mannen jobber.



I øyeblikket: Jil elsker å være mamma. — Alt sammen er veldig her og nå, sier hun.



Genial biologi: Jil tar med Hilma på babysvømming. En styrete affære på vei inn og ut, men i svømmehallen virker ungene hypnotiserte.

◀ systemet ikke tar noe hensyn til at man har jobbet såpass lenge før man studerer, legger hun til.

Jil er inne på foreldrepengene. Hva tenker hun så om statsministerens instendige ønske om at flere unge kvinner skal få barn?

– Altså, engangsstønaden man får fra Nav har økt, og det er bra. Også har man Lånekassen ved siden av, men det er null kommunikasjon mellom disse to. Skikkelig kronglete å finne ut av. Man har jo mer enn nok med å finne ut av hvordan man skal være mamma.

Akkurat det siste der, ser det ut som hun har rimelig god styring på. Hun sjekker oppmerksomt temperaturen på små babyhender i kulden, og pakker dem beskyttende inn i ulldressen. Hilma ser ut til å stortrives i frisk luft, og myser tilfreds mot den skarpe høstsolen.

– Hvis de ønsker at folk skal få barn under studiet, bør de være mye mer fleksible på hvordan de beregner den økonomiske støtten. Det blir jo til at ingen tør å gjøre det, ikke sant, for da mister dem all trygghet.

Anbefaler å gå gravid i studietiden

Det er åpenbart noen ganske store ulemper med å være studerende mor. Men det må jo være noen fordeler også? Det er fristende å begynne å legge ting på vektskålen.

– Det å være gravid når du er student, er helt fantastisk. Vel og merke når du er i god form, noe jeg heldigvis var. Du kan tilpasse hverdagen din selv, ikke minst når du skal tilbake på skolen. Det er jo mye mer fleksibelt enn å skulle tilbake til en fulltidsjobb.

Det kan virke som om hun heller mot en anbefaling...

– Men det er bare det med økonomien, da...

Jil var 29 år da hun begynte å studere igjen. Selv om hun føler hun er en voksen student, er hun ennå et par år unna gjennomsnittsalder for Oslos førstegangsfødende. Hun priser seg lykkelig over at mannen er i jobb, og forteller at det egentlig er hele den økonomiske redningen.

– Hadde vi vært to studenter, måtte vi faktisk bodd hjemme hos foreldrene mine.

– Man blir ikke bare effektiv

Det finnes flere studerende mødre der ute, og vi tar turen til Tøyen for å prate med medisinstudent Ane Knutsen (33). Passende nok, finner vi henne lent over en tykk bok om indremedisin.

– Jeg er ikke den ivrigste studenten, altså.

Helgene hvor jeg bare henger med samboeren og barnet mitt, det er det beste som finnes

Ane Knutsen, medisinstudent og mamma

Et utsagn som umulig kan være riktig. Ane er på sisteåret, og fikk barn midtveis i studiet. Ivrig blir bare forbokstaven.

– Hvordan får du hverdagen til å gå opp, egentlig?

– Heldigvis er kjæresten min i jobb. Nå får jeg ikke stipend lenger heller, siden studiet er så langt. Så vi lever litt på ham akkurat nå, men det jevner seg jo ut på sikt.

Ane forteller at det går et rykte om at studerende foreldre blir sinnsykt effektive. Hun kjenner seg ikke helt igjen i det.

– Jeg synes ikke at man bare blir veldig flink på å være effektiv, altså. Men man føler nok litt mer på presset fra alle kanter, så man må bare må legge om ting.

– Hva da, for eksempel?

– Man kan ikke drive og døgne mot slutten av eksamensperioden. Eller melde seg ut av samfunnet eller familielivet. Man må fortsatt hente i barnehagen og lage middag, og det gir nok en større motivasjon til å studere effektivt. Men at det kommer av seg selv, det er ikke sant.

Ane ler og sier hun har blitt til en hun aldri hadde forestilt seg; en som står opp tidlig etter en indre vekkerklokke.

– Jeg har alltid vært et B-menneske.

– Har du måttet gi opp noe, annet enn late morgener?

– Hmm. Jo, men jeg var jo liksom ferdigfestet og hadde levd ut tjueårene og alt det der. Men jeg merker jo at det blir mindre tid til venner. Jeg må ofte si nei, og det kan jeg selvsagt kjenne på. Men heldigvis er det mange i min vennekrets som har fått barn, og da er vi i samme bås. Det hjelper.

I likhet med Jil, var også Ane heldig med en graviditet som forløp uten nevneverdige problemer. Hun leverte eksamen tre uker før termin.

– Du kan jo risikere å bli sengeliggende, og det er helt krise for en student. Så det er virkelig en risiko, det her. Men om det funker, er det jo helt fantastisk å gå gravid mens man studerer.



Aktivitet: Det er mange måter å holde seg i aktivitet på i mammapermisjonen. Babysvømming er én.

Når man er student, er man jo student hele tiden. Man får aldri lest nok. Og det å få et barn, tvinger deg til å ta skikkelig pause

Jil Yngland, fotojournalistikk-student og mamma

Klarer ikke et barn til

Ane forklarer at for å tjene seg opp retten til foreldrepenger, må mor jobbe så mye hun kan det siste halvåret før hun føder.

– Hæ? Men da risikerer man jo å være helt utslitt i utgangspunktet?

– Nettopp. Jeg jobbet masse ved siden av studiet før jeg fikk barn, men det var jo kun fordi jeg var i god form. Egentlig kunne jeg tenkt meg et barn til nå, ettersom jeg begynte studietiden som 28-åring. Men det går ikke. Jeg klarer rett og slett ikke å både være fulltidsstudent, mamma og i tillegg skulle jobbe meg opp permisjonspenger. Så jeg må bare vente noen år med nummer to, da.

Det er tydelig at det ligger mye frustrasjon under overflaten her. For Ane er det et mysterium at ikke forholdene tilrettelegges mer for det samfunnet vi befinner oss i – der mødrene er eldre, studerer lenger og gjerne tar flere studier. Hun tok et halvt års permisjon fra studiet, og fikk fem måneder alene med barnet før far tok over stafettpinnen.

– Det var litt kort. Jeg syntes det var ganske tøft å starte igjen, for å være ærlig, spesielt fordi det var litt ammeproblematikk involvert. Men nå finnes det eksempler på studenter som ikke tar permisjon i det hele tatt og bare durar på videre, så alt går tydeligvis!

– Å stryke på eksamen er ikke så farlig

Det blir fristende å legge morskapet på vektskålen igjen. Det tyder på at optimale foreldreforhold har en lang vei igjen å gå, skal vi tro det vi hører. Men Ane er ikke i tvil om at hun likevel anbefaler å få barn mens man studerer.

– Når man er student, er man jo student hele tiden. Man får aldri lest nok. Og det å få et barn, tvinger deg til å ta skikkelig pause. Det tror jeg er sunt. Da er det vekk med bøkene, og man kan bare le og...

Hun stopper seg selv.

– Nå høres jeg skikkelig klisjé ut. Men det å bare leke med *kid-en*, er kanskje det beste jeg gjør. Man får litt perspektiv på ting. Å stryke på eksamen er

ikke så farlig, så lenge familien har det fint. Også er det jo helgene...

Late morgener, familiekos i sengen og uendelig med fine øyeblikk. Uttrykket i ansiktet hennes forteller nøyaktig hva hun tenker på.

– Helgene hvor jeg bare henger med samboeren og barnet mitt, det er det beste som finnes.

Fyller dagene med barn

Dagen etter møter vi Jil og Hilma på Lovisenberg. Vi skal få være med på babysvømming. Utenfor ønskes vi velkommen av en sirlig rekke med Stokkevogner. Hilma, derimot, ankommer i kjent stil foran på magen til mor. Vi passerer en ferdigbadet og småsvett bestemor på vei inn, som kjemper med skojern og yttertøy.

– Det er sykt mye styr for én halvtime. Også så varmt!

Jil ler og nikker anerkjennende.

– Det er helt sant, faktisk. Det er sykt mye styr, og barna blir slitne, sultne og trøtte etterpå.

I garderoben hyler babyene i kor, og man kan begynne å lure på om bestemoren ved utgangen har rett. Men i svømmehallen skjer det magiske ting. Babyene flyter rundt med et hypnoselignende uttrykk i ansiktet, som om de er rett tilbake i magen. Instruktøren fører dem under vann med to trygge hender, og babyene virker nærmest uberørte. For én som står og vipper nysgjerrig på dørterskelsen inn til mammalivet, er dette et fascinerende eksempel på hvor genial menneskekroppen er.

– Så flink du er! utbryter Jil, mens Hilma hoster opp en skvett vann som har satt seg i halsen underveis.

– Herlighet, så fine de er, kommer det fra en tydelig beveget journalist som utvilsomt lar seg rive med.

Hun nikker og løfter Hilma til værs.

– Noe må man jo fylle dagene med, vet du.

DEBATT

debattredaktør: **Mikkel Ihle Tande**
debatt@universitas.no 988 62 913

KJØR DEBATT Hete tips om debatter i andre redaksjoner

Peak prokrastinering

Om man ser nærmere på «Peppa Gris», blir serien et symbol på prokrastinering, mener Studvest-journalist Kjetil. Grunnen er at voksenpersone- ne i barneserien tilsynelatende aldri jobber.

– Når Mamma Gris endelig viser tegn til å gjøre «viktig arbeid» på datamaskinen i episoden Mamma Jobber, kan vi se at hun bare skriver tull som «Hiplin fungly tee diptox so toofuzz».

Klassiker, skriver han. Vi har vel alle en venninne som pro-

krastinerer på denne måten?

– Det hele kulminerer i episoden Frosker og Mark og Sommerfugler, hvor Bestefar Gris har et mentalt sammenbrudd der han spretter rundt på magen og later som han er en mark mens han ler seg i hjel. Sannsynligvis et uunngåelig resultat av et liv fullt av endeløs prokrastinering og urealiserte ambisjoner, konkluderer Kjetil.

Jeg tror denne kronikken er den mest absurde formen for prokrastinering jeg har vært borti.

— Kast deg i Otra, puppehater!

Unikums faste spalte «Sinnafilosofen» er (endelig) tilbake.

– Er du en av dem som syns det er greit at menn viser seg i bar overkropp offentlig, men ikke at kvinner gjør det? HERREGUD FOR EN JÆVLA TOSK DU ER!

Tøff ingress. A for klar tale. F for evne til å overbevise meningsmotstandere.

– Når jeg ser en kjekk, vel-trent mann gå i bar overkropp nedover Markens, så får jeg lyst til å kaste han i Otra, fordi jeg synes det ser helt sykt harry ut. Selv om jeg ikke liker det, så syntes jeg han bør få lov til å gjøre det (til deg det måtte gjelde; vi vet at du bare gjør det for å vise deg frem), skriver Sinnafilosofen.

Til opplysning er Otra den største elva på Sørlandet.

– Hvis du er en av de som etter å ha lest denne ranten fortsatt tenker at menn i bar overkropp er innafor, mens damepupper skal skjules slik det alltid har blitt gjort; så kan du ta med deg alle de konservative drittvennene dine, knytte en ambolt rundt den bare overkroppen din og kaste deg i Otra!

Martin Gautestad Jakobsen, studentombud ved NMBU, for-svarer ytringsfrihet i Tuntreet.

Ukas tweets:



Mohamed @mohamabd86
Hvem er Dag Sørås igjen? Noen som vet? Er det en wannabe-komiker?

Kan det være en fyr med seks ganger så mange følgere som deg, som også vet hvordan man googler?



Curt Rice @curtrice
Da «Naiv Super» utkom i 1996, påpekte språkforsker Sylfest Lomheim at den var skjemt av mange kommafeil. — Den typen kritikk ler jeg av. Forfattere finner på ting og setter sammen ord på en uventa måte. Det er denne leken med språket som driver språket videre, sier Loe.

Nice try på å legitimere egen «språkleo», OsloMet-rektor (sic).



klonopinochet @argumentwinner
im not looking for student loan forgiveness, im out for student loan revenge

Hvorfor skaffet du deg ikke bare rike foreldre?

Debattregler i Universitas

Vil du få din mening på trykk i Universitas?
Send innlegget ditt på e-post til **debatt@universitas.no**

Typiske innlegg er mellom 1500 og 2000 tegn, inkludert mellomrom. Lengre innlegg kan vurderes i noen tilfeller

■ Vi trykker ikke innlegg som har vært på trykk i andre aviser, eller som er hatske og trakasserende

■ Vi tar oss retten til å forkorte innlegg

■ Frist for innsending av innlegg er søndag kl. 17

■ Legg ved et portrettfoto av deg selv i e-posten

En konservativ oppklaring



Konservative studenter
Øyvind Johannes V. Evenstad,
tidligere leder i FAKS

I forrige utgave av Universitas ble noen av medlemmene i FAKS (Foreningen for alle konservative studenter), inkludert meg selv, intervjuet i forbindelse med en kulturreportasje som skulle kaste lys over hva slags studenter som er med i foreningen. Jeg takker journalisten for en artikkel som i det store og hele var god og balansert.

I ettertid har jeg ikke vært helt komfortabel med måten jeg fremstår på i den nevnte artikkelen, uten at jeg ønsker å legge noen skyld på journalisten for dette. For det første er jeg, som de som kjenner meg kan bevitne, mye hyggeligere i virkeligheten enn det morske ansikts uttrykket på bildet av meg kan gi inntrykk av.

For det andre ble jeg overrasket av at journalisten, etter å ha hørt meg legge ut i flere minutter om det metafysiske menneskesynet som jeg mener bør ligge til grunn for konservatismen, valgte å inkludere en smørbrødsliste over omstridte politiske saker som jeg klarte å lire av meg i løpet av svært kort tid.

Det er flere grunner til at jeg synes det var litt uheldig

FAKS er et sted hvor man kan diskutere ulike synspunkter uten frykt for å bli stemplet som det ene eller det andre

å fokusere på dette i artikkelen. Ikke bare fordi jeg snakket såpass lite om dette i forhold til det andre som ble nevnt i samtalen, men også fordi det ikke står noe som helst om hva jeg selv mener om disse sakene.

Poenget var å illustrere at FAKS er et sted hvor man kan lufte og diskutere ulike synspunkter uten frykt for å bli stemplet som det ene eller det andre. Det er langt fra alle medlemmene som er enige om hver enkeltsak; det er ikke engang alle som er enige i det konservative menneskesynet jeg skisserte.

Hva består dette menneskesynet i? Jo, at mennesket er mer enn bare materie som kan formes i hendene til en maktthaver; det har en åndelig dimensjon som er rettet mot det sanne, det gode og det skjønne. I motsetning til den atomistiske individualismen som ligger til grunn for liberalismen, mener konservative også at mennesket er et samfunnsvesen av natur.

Det er forståelig at utviklinger i samfunnet vekker en reaksjon hos vanlige folk, men denne kan ikke forbli negativ; den må gis et positivt innhold som trekker veksler på den rike kulturarven vi har i Vesten – med navn som Aristoteles, Augustin, Burke og Eliot. Sann konservatisme er ikke motivert av hat, men kjærlighet til det som er verdt å bevare.

debatt@universitas.no

Helvete er de andre



IAKH
Tor Egil Førland, instituttleder, Institutt for arkeologi, konservering og historie (IAKH) ved UiO

Gabriel Corbin-Arntzen kritiserer i en kommentartikkel 30. oktober det nye undervisningsopplegget i førsteårsemnene i historie. Han synes det er for mye gruppearbeid, for hyppige innleveringer og for omstendelig undervisning i metode. Han foretrekker mer selvstendighet i sine studier. En hovedgrunn til de endringene som Corbin-Arntzen beskriver, er at for mange av de studentene som begynner på bachelorprogrammet i historie og andre HF-fag, slutter. Grunnene er mange. Noen av dem verken kan eller vil vi gjøre noe med, som at man kommer inn på et annet studium som var hele tiden var førstevalget, eller at man får et jobbtilbud man ikke kan si nei til. Men flere undersøkelser tyder på at en god del av de som slutter, gjør det fordi de blir gående alene på Blindern – og mistrives med det.

Tre eller fem år med kun individuelle studier, er dårlig trening for arbeidslivet

Vårt nye studieopplegg tar sikte på å gi alle historiestudenter – også de som ikke kjenner noen fra før – et faglig fellesskap i form av smågrupper på fire til fem studenter. De har innleveringsoppgaver gjennom hele semesteret, ikke bare en avsluttende eksamen. Belegget for at man lærer mer på den måten, er over-

veldende. Et annet mål med det nye studieopplegget i historie er å øve studentene til å jobbe i team. Ikke alle er like begeistret for teamarbeid. Det er en utfordrende arbeidsform. Men det er mye teamarbeid i det arbeidslivet som venter etter studiene. Tre eller fem år med kun individuelle studier, er dårlig trening for arbeidslivet. Helvete er de andre, sa Sartre. Jeg er ikke uenig, men verken jeg eller Gabriel Corbin-Arntzen slipper unna dem.

Historiestudentene på UiO får mye teamarbeid det første året. Vi vil tvinge dem til å bli kjent med andre, og trene dem i å jobbe sammen med andre. Vi bruker masterstudenter som trenere (læringsassistenter) for å fasilitere arbeidet i smågruppene. På 2000-nivået blir det mindre gruppearbeid og mer egentrening. Bachelor- og masteroppgaven skriver man alene – riktignok under kyndig veiledning. Heller ikke fremtidens historikere kommer til å mangle øvelse i å jobbe for seg selv og tenke på egen hånd. En ting til slutt: «quizzer der taperne henges ut foran seminargruppen» er ikke en del av den nye læreplanen i historie. I den grad det har forekommet, skal jeg være den første til å beklage det. Studentene skal få holde sine nederlag for seg selv. Men ved å la de nye studentene jobbe sammen med andre, tror vi nederlagene blir færre og frafallet mindre.

debatt@universitas.no

Kriminologisk fagdag 2019 presenterer: seks menn og null kvinner



Skjev kjønnsdeling

Vilde Mari Guttormsen, bachelorstudent i kriminologi ved UiO

25. oktober gikk den årlige fagdagen for kriminologi av stabelen ved det juridiske fakultet. Fagdagen ble arrangert av faggruppa ved kriminologi, hvor det holdes en rekke foredrag med ulike temaer. Til sammen ble det holdt fem ulike foredrag av seks ulike innledere. Ingen av disse innlederne var kvinner. Som student ved bachelorprogrammet i kriminologi hadde jeg i utgangspunktet gledet meg til arrangementet. Helt til jeg leste programmet. Noe av det første jeg lærte på bachelorprogrammet i kriminologi var at en viktig del av kriminologien er å se på kriminalitet fra ulike perspektiver. Denne fagdagen tar for seg ulike temaer, men viser bare ett kjønnsperspektiv, nemlig det mannlige. Dette burde kanskje ikke ha kommet som et sjokk for meg, da dette er fullstendig normalt både i akademien, og i samfunnet generelt. Men allikevel slo det meg som lyn fra klar

himmel; har de virkelig ikke invitert en eneste kvinne?

Et flertall av studentene ved UiO og ved det juridiske fakultet er kvinner. Altså har kvinner blitt en stor del av universitetet, og av kriminologistudiene. Derfor burde det være en selvfølge med kvinnelige foredragsholdere på en fagdag i kriminologi. Særlig når det er plass til hele seks innledere. For å sette arrangementet litt på spissen vil jeg bare si at jeg allerede har sett tusen dokumentarer om kriminelle menn. Jeg har hørt tusen menn snakke om narkotikaproblemer, og jeg har lest tusen artikler om men som jobber i politiet. Jeg har derimot ikke hørt i nærheten like mange kvinner adressere de samme temaene.

Faggruppa påtar seg et ansvar ved å arrangere en dag som dette. Målet er å tilby studentene faglig innhold og å vise hvilke jobber som finnes etter studiet. Som kvinne og framtidig kriminolog er det viktig for meg å se, høre og lese om kvinners roller i kriminologien. Jeg mener at faggruppen burde benyttet seg av muligheten til å skape sterke kvinnelige forbilder for studentene. De burde brukt muligheten

Jeg vil understreke at jeg på ingen måte sier at innlederne som holder foredrag på arrangementet ikke er gode nok, jeg påpeker bare at de ikke viser mangfold eller representativitet

til framme kvinners historier i møte med kriminalitet, et perspektiv som etter min mening synliggjøres altfor lite. Jeg vil understreke at jeg på ingen måte sier at innlederne som holder foredrag på arrangementet ikke er gode nok, jeg påpeker bare at de ikke viser mangfold eller representativitet. Jeg vil avslutte med å si at jeg har valgt å ikke delta på årets fagdag.

debatts@universitas.no

Ukens sitat:

Problemet er jo at det er umulig å være kritisk mot ytringer vi stenger ute, ytringer vi ikke får høre om

Martin Gautestad Jakobsen, studentombud ved NMBU, forsvarer ytringsfrihet i Tuntreet.

Er ikke vitnemålet mitt verdt noen ting i Norge?



Opptak

Sotiris Stefas, student

Jeg heter Sotiris, er 21 år og kommer fra Hellas. Jeg fullførte videregående skole på normert tid i Hellas og kom inn på jusstudiet i Athen med toppkarakterer. Likevel er mine karakterer ikke særlig verdt i det norske utdanningssystemet. Noen år senere flyttet jeg nemlig til Oslo for å søke meg inn på et nytt studie ved et norsk universitet. Det har vist seg å være en ekstremt vanskelig prosess med mange urettferdigheter på veien.

Alt starter når man først skal regne ut poengsummen sin på nettsidene til Samordna opptak. Da får man som oftest et slag i trynet. Det er nemlig slik at grunnlaget for å bli tildelt karakterpoeng i Norge som utenlandsk student er såkalte omregningstabeller, som baserer seg på statistikk for hvert enkelt land innenfor EU. Hvor statistikken kommer fra og hvilke kilder som blir brukt, forblir ukjent for den håpefulle søkeren.

I Hellas er det for eksempel slik at man må gjennom en utfordrende nasjonal opptakseksamen for å komme inn på høyere utdanning, og det er kun karakterene fra opptaksprøven som teller for å komme inn. Der er det snakk om omfattende pensum, og fagene man må mestre for å komme inn er eksempelvis gammelgresk, latin og andre fag på universitetsnivå. Det gjør at en karakter tilnærmet fem ved norske standarder er nærmest umulig å oppnå i gresk videregående skole. På tross av dette blir vitnemålet til den gjennomsnittlige studenten fra utlandet automatisk over-

ført til en norsk karakterskala, hvor alle karakterene blir omregnet til en norsk karakter fra 1 til 6.

Da jeg regnet ut mine 45 karakterpoeng og innså at jeg dermed aldri kunne komme inn på master i rettsvitenskap med mitt greske vitnemål, begynte jeg nesten å gråte. Jeg kunne ikke tro mine egne øyne. Dette er helt umulig, tenkte jeg. Er ikke vitnemålet mitt verdt noen ting i Norge?

Følelsen man sitter igjen med etter utallige runder hos Samordna opptak er at man ikke er verdt noen ting

Men dette er bare toppen av isfjellet. Norske studenter får nemlig endeløse sjanser til å forbedre vitnemålet sitt ved å ta opp fag som privatister. Derimot får man verken lov til å ta videregående opplæring i Norge som utenlandsk statsborger fra EU eller mulighet til å ta opp fag som privatist. Man kan nemlig bare ta opp norske fag som ikke er oppført i vitnemålet, og det er ikke mulig å få innført norske fag på vitnemålet fra utlandet. Det gjør at det ikke er noe særlig verdi i å ta opp nye fag, da de ikke forbedrer karakterene på vitnemålet, men kun tilfører noen få ekstra poeng i ordinær kvote.

Mens norske søkere skjemmes med uendelige muligheter

for å forbedre vitnemålet sitt og stiller sterkere i konkurransen om studieplass hvert år, sitter mange utenlandske søkere fast i en evig sirkel om å få samlet opp nok poeng på grunnlag av alt annet enn det de faktisk kan – rent faglig. Nemlig alderspoeng og andre tilleggspoeng fra militæret eller folkehøyskole. Enda verre blir det når det ikke er noe særlig forskjell i behandlingsprosessen fra land til land. Vanskelighetsgraden og de særtrekkene til hvert land sitt utdanningssystem blir ikke vurdert av Samordna opptak. Alle blir kasta inn i samme system, og forventes å være fornøyd med at man i det hele tatt får lov til å studere i Norge.

Følelsen man sitter igjen med etter utallige runder hos Samordna opptak er at man ikke er verdt noen ting, og at systemet diskriminerer på et vis som ikke lar seg forklare. Saksbehandlerne følger en spesifikk oppskrift og nekter å foreta noen som helst særskilt vurdering.

Jeg forstår at man ikke kan kreve å få sin plass på det norske utdanningssystemet uten å legge inn det arbeidet som skal til i likhet med andre norske søkere. Poenget i det norske systemet er at det bør gis like muligheter til alle. Og det er langt i fra sannheten når det gjelder opptak til høyere utdanning for utenlandske studenter.

Alt i alt er det egentlig bare trist at godt kvalifiserte, ambisjonsfulle søkere blir kastet inn i en evig labyrint uten like muligheter og sjansen for å forbedre sine karakterer eller stille sterkere på alternative måter. Jeg mener systemet må forbedres slik at alle får mulighet til å stille like sterkt i kampen om å få kommet inn på norske offentlige utdanningsinstitusjoner.

debat@universitas.no

ANMELDELSER

anmelderredaktør: **Mylena Kifle**
anmeldelser@universitas.no 974 83 042



Serie:

Blank bommer på blink

Blank

Hvor: [blank.p3.no](#)

Med: Alfred Ekker Strande, Sofie Albertine Foss, Martin Lepperød m.fl.

Har du sett det to ganger før, er det kanskje nok?

Hovedkarakteren i den nyeste sesongen av «Blank», Markus Berg, var russepresident og den mest populære gutten på Hadeland videregående skole. Nå, året etter, er han tilbake på bygda. Til Markus' overraskelse er ikke ting lenger som før. Foreldrene har gått videre, pakket sammen tingene hans i kjelleren og lagt rommet hans ut til leie. Vennene har også gått videre. De kan ikke lenger spille med ham og har andre prioriteringer, som forelesninger og militæret. Og muligens verst av alt, er det en ny russepresident i bygda.

Blank sesong tre kjører samme stil som i de to første sesongene. Man kan følge serien på nettsiden med klipp og skjermdumper hver dag, eller se det samlet i en episode hver søndag. Plottet er heller ikke så ulikt de tidligere sesongene: Et melodrama om det å finne seg selv i det kvasi-voksne liv. Det at Blank gang på gang fokuserer på tiden etter videregående er ikke i seg selv et problem. Men da kreves det nye perspektiver for hver gang, noe som fungerte i andre sesong, hvor kulturforskjeller var et sentralt tema. Det at dramaet denne gangen utspiller seg på bygda, er ikke nok til å kalle det nyskapende.

Vi møter en Markus som prøver å tviholde på statusen han hadde før han dro. Den kanskje største trusselen for Markus er Elias, den nyvalgte russepresidenten. I russestyret er også kjæresten til Markus med, og han viser et stort behov for å markere seg. Så stort at han dukker opp på det første russestyremøtet for å veilede den nye presidenten med råd og egen erfaring. Scener som dette gjør at hovedpersonen er ganske vanskelig å sympatisere med. Han virker å være fastlåst i rollen som storkar fra videregående hvor mottoet er «drikke, pule, sloss». Dette opplever han raskt at ikke slår godt an lenger, spesielt ikke hos kjæresten. Videregående bobla sprekker og Mar-



PRESSFOTO: KIM ERLANDSEN/ NRK

Russeboblen: Hovedpersonen Markus tviholder på russetiden i serien Blank på NRK. En noe uoriginal ungdomsdrama, mener Universitas' anmelder.

kus må plutselig finne ut hvem han egentlig er.

For de av oss som har sett mye av det NRK har å tilby av ungdomsdrama, er handlingen uoriginal og mistenkelig lik fjorårets danske dramaserie Doggystyle, der hovedkarakteren også flytter tilbake til foreldrene på bygda. Med høye forventninger som utgangspunkt, er det ikke så mye spenning å finne i de første episodene av Blank. Markus forteller venner og familie at han har sagt opp jobben i Oslo, men han får stadig telefoner og meldinger fra jobben som gir mistanke om at han ikke forteller sannheten. Lyver han om jobben? Kommer forholdet hans til å vare? Trenger han egentlig å føle seg så truet av

Elias? Forsøkene på spenning mislykkes i en kombinasjon av tam dialog og uoriginale konflikter, noe som gjør at man som seer ikke blir nysgjerrig nok til å bry seg om hva svaret på disse spørsmålene er.

Forhåpentligvis henter spenningen seg opp i resten av serien, men starten gir ikke mersmak til å fortsette å følge med. Ikke fordi det er dårlig, men fordi vi har sett det litt for mange ganger før.

Anmeldelsen er basert på de to første episodene

Teresa Eltervåg Cissé
anmeldelser@universitas.no



Utstilling:

Rikt om fattige fellesskap

Fattige småbarnsfamilier, enslige innvandermenn, syke oldinger og rusmisbrukere deler oppgang i blokkene øverst på Torshov. I fotografiene til Brian Cliff Olguin kommer vi nært på våre glemte naboer.

Brian Cliff Olguin: Hjem

Hva: Fotoutstilling

Nvor: Fotografiens Hus

Oslo er en bitteliten storby, likevel har den sider de fleste av oss sjeldent ser. I fotoutstillingen «Hjem» viser Brian Cliff Olguin frem sine møter med Oslos «underdogs». Kommunalboligene som troner øverst på Torshov, huser noen av byens stadig flere fattige. Dokukunsten til Olguin er en blodvarm påminnelse om den delte virkeligheten som skjuler seg bak byens betongfasader.

Utstillingen er overveldende kompakt; hvert og ett bilde kommuniserer en krystallklar virkelighet helt ulik de andre portretterte. «Hjem» bindes sammen av et kaldt svart-hvitt-uttrykk, samt vissheten om at alle bor i samme blokk. Ett foto viser en gammel mann omgitt av familieportretter og innredning i 50-tallsetetikk, ett annet fremstiller en ung

gutt på en sofa, fordypet i mobilens parallelle verden – og tenkelig alt av andres glitrende framsider den rommer.

Fotografiene vies ulik plass i utstillingen, og får rom til å fortelle separate historier, med ulik tyngde. Olguin fanger øyeblikk med enorm formidlingskraft, og evner samtidig å skape et godt samspill. Portrettene er ikke overdrevent dystre, men yter menneskene i dem rettferdighet.

Desto mer hardtslående er det tragiske premisset for utstillingen. At menneskene i de kommunale boligene på Torshov er der fordi de, per definisjon, er sjanseløse på det vanlige boligmarkedet, er kald fakta som gjennomsyrrer utstillingen. Til tross for at de sosiale og økonomiske forskjellene i Norge blir større, er mange skjermet for livene som utspiller seg under fattigdomsgrensen. «Hjem» viser en virkelighet som skulle vært umulig i en tilsynelatende sterk velferdsstat.



Skjevhet: Fotoutstillingen «Hjem» av Brian Cliff Olguin illustrerer de sosiale og økonomiske forskjellene i Norge.

Men fotografiene er ikke dermed kikkhull mot tilværelser dypest sett annerledes eller fremmede. Olguins portretter er nære og verdige: Det er det allmennmenneskelige som kommer til uttrykk. Bildene blir virkningsfulle fordi en gjenkjenner seg. Når avstanden, så langt det går, viskes ut, gjør det litt vondt. Men mest gjør det godt: «Hjem» er en brennhet oppfordring om inkludering, solidaritet og sosial endring.

Selma Stormyren Larsen
anmeldelser@universitas.no

Bok:

Problematisk perfeksjonisme

Mari Andreassens debut er en sterk novellesamling om såre relasjoner, men er novellene så gode at det blir kjedelig?

Personene vi møter i *Hvor lenge varer vi* er alle skikkelser som har mistet eller står i fare for å miste. Tapene i novellene er særlig knyttet til relasjoner mellom kjærester, barn eller gamle klassekamerater. Forholdet mellom barndom og voksenliv er noe som kommer fram i de fleste, om ikke alle, noveller.

Ingen av fortellingene i denne debuten er solskinnshistorier. Personene vi blir kjent med representerer på hver sin måte en form for utenforskap. Novellene er preget av stress, som fungerer som en drivkraft i tekstene. Det er mye som står på spill, og Andreassen er god til å skape spenning innenfor enkle rammer.

Kvaliteten på novellene varierer. Enkelte av dem er ganske middelmådige. Selv om de er velskrevne og premisset er spennende, ender resultatet opp med å ikke tilby noe nytt til norsk skjønnlitteratur. Det er riktignok svært sterke noveller her. «Uten hansker», som handler om et nybakt foreldrepar der forholdet

Hvor lenge varer vi

Hvem: Mari Andreassen

Forlag: Cappelen Damm



mer eller mindre skranter, er en svært god fortelling om hvordan usynlige tanker og følelser danner et livsviktig grunnlag for kjærlighetsforhold og småbarnsperiode.

Andreassen viser stålkontroll i språkbruken. Språket er presist og behersket. Formuleringene er modne og gjennomtenkte, og legger et godt grunnlag for boken. Det blir nærmest et problem at språket er for kontrollert, ettersom dette ikke gir rom for like mye kreativitet og lekenhet. Språket tør ikke å være sårbart.

Hvor lenge varer vi er en solid og trygg novellesamling. Boken består av mange gode komponenter, og Andreassen imponerer som debutant. Likevel mangler de en lekenhet og nyskaping ved seg, og de skriver seg inn i en ganske tradisjonell novelleform. Men tekstene er gode, og passer perfekt inn i en norsktime som et standardeksempel på hva en novelle er.

Nora Aschim
anmeldelser@universitas.no

Plate:

Identitetskrise eller multitalent?

Med gode beats i bakgrunnen av sitt nyeste album, viser JNS ferdighetene sine som produsent, men som artist skuffer han.

JNS, eller Thomas Jones som er hans virkelige navn, har vært produsent og låtskriver for artister som Emir, Unge Ferrari og Lars Vaular. I fjor kom albumet «Rød» som i år blir fulgt opp med albumet «Blå». Det hele er en nokså forvirrende opplevelse.

Med sangen «Dipset 05» blir platen sparket igang med en *homage* til New York-rapgruppen The Diplomats, og ingen hadde nok vært overrasket om resten av albumet fortsatte i samme sjanger av rocket rap som den første sangen gjerne kan plasseres under. Men allerede på spor nummer to, «Velge/Vrake», blir det fort tydelig at dette albumet ikke kan plasseres under én sjanger. Det blir både en styrke og en svakhet for JNS.

At Jones har samarbeidet med flere av Norges aller største artister, og dermed har fått inspirasjon fra flere ulike hold, er det ingen tvil om. På 12 spor lange «Blå» har han nemlig med seg blant andre Martin Hazy fra Dårlig Vane, Skip fra Snow Boyz, Machomayne og OnklP. Det gjør at albumet mangler en tydelig helhet, som man gjerne skulle ønske seg fra en rutinert fyr som Jones. Sangene blir lett farget av sine respektive samarbeidspartnere, og Jones sliter med å få vist frem seg selv oppi det hele.

Det betyr derimot ikke at dette ikke er et kult album. Gitt Jones' bakgrunn som produsent er det kanskje ikke overraskende at melodiene sitter som et skudd. På sangen «4: 00» er det en aldeles deilig fløytelyd som ligger i bakgrunnen gjennom hele sangen. Dette er også en av de sangene hvor JNS virkelig får vist frem sin side som artist, i tillegg til produsent, godt hjulpet av nevnte Hazy. «P-Wing» med Machomayne, er et annet eksempel på at Jones faktisk er en helt habil artist også.

Alt i alt kan man konkludere med at JNS er klart best når han får lov til å rappe på saktegående, men lysbetonte *beats*. Og kanskje er det noe som burde ha blitt rendyrket mer på dette albumet. Om den manglende evnen til å finne én tydelig *sound* på «Blå» skyldes identitetskrise eller multitalent vites ikke. Likevel er det tydelig at samtidig som Jones har laget et solid album, kunne det hele vært så mye bedre. Rent tekstmessig finnes det også rom for forbedring. Det er lenge siden undertegnede har blitt servert så mange slappe popkulturelle referanser på en drøy halvtime som da dette albumet ble lyttet gjennom.

Jonas Solgård
anmeldelser@universitas.no

Blå

Hvem: JNS

Når: 1. november

Universitas anbefaler



(følg spillelisten på Spotify)
Mylena Kifle, anmelderredaktør

Dutty Dior – KALD DJEVEL

Den myke stemmen til Dutty er ekstra fin når han er sårbart<3

iris – creature

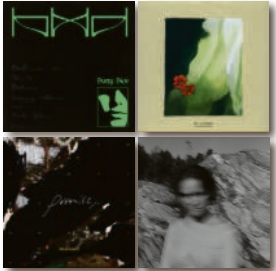
iris er Årets Urørt og sååå fin i ny singel

Fay Wildhagen – promise,

Litt for tidlig med julesanger?? ALDRI

SASSY 009 – Are You Still a Lover

Sunniva Lindgaard holder nivået til den tidligere gruppa oppe i ny singel



Kulturkalender uke 45

Incels, chankultur og antifeminisme

7/11

22. juli-senteret inviterer til samtale om høyreekstremisme der de skal ta utgangspunkt i incels, chankultur og antifeminisme. De skal snakke om hva de ulike subkulturene og fenomenene er, og deres tilknytning til høyreekstremisme.

22. juli-senteret
Klokken 18.00 – 20.00
Deichman Grunerløkka

Urbant høstmarked i Prindsen hage

10/11

Trodde du man bare kunne kose seg på den rare lille oasen midt i byen om sommeren?? Neida, Prindsen hage kan i november skryte på seg både «oppvarmede lavvoer og høstlig atmosfære» på høstmarkedet!

Prindsens Hage
Klokken 12.00 – 18.00

Girls Club Reunion

15/11

Girls Club er endelig tilbake!!<33 Det skeive klubbkonseptet ga seg for en stund tilbake, til skeive kvinner og ikke-binære i Oslo sin store fortvilelse. Men frykt no more, legg fra deg Tinder og dans skamløst på BLÅ til alt fra elektro-nika til RnB.

BLÅ
Klokken 23.00–03.00
ID: 21
CC: 120 kroner

Vintage Clothes per kilo – OSLO – Hello Vintage

15-16/11

Et lite julegavetips: Kjøp brukt! Styr unna Black Friday og shopping et par dager før julaften, dra heller på et av de mange arrangementene som dette på Røverstaden eller bruktbutikkene i Oslo og bidra til en liiiitt mer bærekraftig og etisk jul:)<33

Fredag klokken 15–19
Lørdag klokken 10–14
50 kroner

Jens Læg Reid, journalist i Universitas

Ukas anbefaling



Vipps, så var du redda!

Hvem: Desperasjonen Hvor: Dødsskyggenes dal Hvorfor: Fordi

Telefonen ringer, du ser på displayet. Pulsen øker umiddelbart. Nummeret er ukjent. Du lurar på hvem det kan være. Moren til ditt ukjente barn? En torpedo? Dama du gav nummeret til på Johns i april? Alle disse tankene strømmer gjennom hodet ditt, mens du desperat og skjelvende søker opp nummeret. Så kommer det knusende

svaret. Personen har reservert seg mot nummeropplysning. Hva i all verden skal du gjøre? RINGE TILBAKE? Nei, det blir for kleint. Sende melding? Hva skal du skrive? Ikke en dritt, er svaret. Søk heller opp nummeret til den anonyme jævelen på Vipps – der ingen kan reservere seg mot nummeropplysning.

Gabriel Corbin-Arntzen, journalist i Universitas

Ukas advarsel



Dating og forelesning

Hvem: Singel student Hva: Mentimeter som møteplass Hvor: Forelesning i HIS1200

Hei, du! Ja, du som prøver å få napp i forelesning. Jeg så deg sjekke ut foreleseren. Ikke vær så sjenert a, sier venninna di. Den som intet våger, intet vinner, tenker du. Hva er vel galt med å slenge ut en kontaktannonse på mentimeter, tenker du. Nød får nakne kvinner til rundt seg selv av galskap å spinne, og hvilke andre steder er potensielle maker å finne?

To fluer i én smekk. Hvem har tid til å gå ut på bar i eksamenstiden, liksom. Kjør på da vel, sier venninna. Han er jo knallsøt og rålekker. Det er hele auditoriet enige om. Du tenker kanskje at dette høres grådig ut som en anbefaling? Vel, den som intet våger, intet anklager om seksuell trakassering får. Bam! Nå er du advart.

«Det er sykt stress»

I denne ukens Universitas kan du lese om psykologistudentene Maria Jones og Henning Rognlien, som holder såkalte stresskurs for å hjelpe studenter med å takle den akk så tøffe eksamensperioden.

– En av grunnene til at akkurat vi sitter her, er at forfedrene våre har greid seg gjennom ekstreme situasjoner. Det er mye takket være kroppens stressmobilisering, sier Rognlien.

Jones bedyrer på sin side at kurset ikke er ment for å være enda en ting man MÅ være god i, og presiserer at de ikke vil bidra til mer stress.

Det får Hildegunnar Stressenes til å se rødt. Han er leder for Foreningen for Konstant Eksamensstresse-stude-nter (FKES), og mener et stressmestringskurs faller på sin egen urimelighet. Han opplyser for øvrig at han alltid sitter i stressless når han skal slappe av.

– Ehm, øhm. Glemte jeg en bok igjen på lesesalen nå...? Eeeehm, stressmestringskurs? Nei, det er fælt. Vi i FKES er alltid stressa uansett, sier Stressenes, mens han

høylytt påminner alle i en 20 meters radius at vårsemester-eksamen kun er et halvår unna.

Han forteller at medlemmer i FKES har reagert med vanтро og sjokk da de så at to psykologistudenter skulle lære dem å takle stress.

– SHITTTTTTTT, JEG HAR EKSAMEN I ASTROLOGI I MAI, OG HAR ENNÅ IKKE LEST FERDIG PENSUM, roper FKES-lederen, mens en forfjamset Ad notam-journalist prøver å roe ham ned.

– Alle vet at astrologi er et klassisk surfefag, så jeg tror ikke du trenger å stresse sånn ve... sier Ad notams utsendte, før han blir avbrutt av en nærmest manisk Stressenes.

– JEG MÅ HJEM TIL STRESSLESSEN, hylr FKES-lederen og springer avgårde.

Ad notams journalist rekker så vidt å rope et spørsmål etter en spurtende Stressenes:

– Hildegunnar!! Syns du det ikke er ironisk at du kun bruker stressless? Hallo!!?

Ukas studentvin



RADIORESEPSJONENS VINTERFEST PÅ IKEA:

Ukens vin er et konglomerat av ulike kulturelle uttrykk. Det er en Riesling laget i USA med en etikett med noen øst-asiatiske referanser, som sender tankene hen til Japan – men motivet er en kvinne som driver med kinesisk Kung Fu. Smaken er helt grei, den er ganske søt, og har en helt OK kvalitet over seg. Den er litt dyr sammenlignet med det man får, men nordmenn digger å importere ting: Ofte importerer vi ting som ikke nødvendigvis holder så høy kvalitet. I det offentlige ordskiftet har vi denne uken importert det amerikanske ordskiftet uten å kunne forvalte debattene vi stjeler, og begår kronikk litt oftere enn vi burde.

Vinvurderingen skjer i samråd med redaksjonen i Universitas.

Charles Smith Kung Fu Girl Riesling 2018

Pris: 169,90 kroner

Land: USA

Alkohol: 12 prosent



Øyvind Halsøy, vinanmelder i Universitas

Vi spør



Én kjøttssuppe uten suppe, takk!

Velferdstinget i Oslo og Akershus (VT) skal arrangere årets julebord uten kjøtt på menyen. Det førte til massive protester i VTs egen Facebook-gruppe, men ifølge VT-leder Gard Løken Frøvoll vil julebordet likevel bli gjennomført kjøttfritt. Farse Schjødt, som spiser mest kjøtt av alle i Universitas, tok derfor en telefon til Pål Thorbjørnsen i Norsk Vegetarforening for å høre hva de synes om tiltaket.

[ring, ring]
– Hei, dette er Farse Schjødt. Jeg ringer fra studentavisen Universitas. Denne uken har vi en sak om at Velferdstinget dropper kjøtt på julebordet, og har full veggismeny. Jeg vil gjerne høre hva dere synes om dette. Har du to minutter?
– Ja.
– Så bra. Hva synes dere om tiltaket?
– Jeg tenker at det er tidsriktig. Før fikk alle kjøtt som et standardvalg, men nå er vegetar blitt utgangspunktet. Det er kanskje uventet og nytt for noen, men det er i tid med mattrender som er der.
– Jeg skjønner. Burde andre organisasjoner også følge VTs eksempel med å ha veggismat på arrangementer som for eksempel julebord?
– Jeg er ikke så opptatt av ordet «burde», men det er en trend som

er i utvikling i hele verden. Det er kanskje ikke alles førstevalg, men et valg som gjør det lettere for alle.
– Okei. Jeg er kjøtteter selv, og har ikke helt forstått den veggisgreia. Dreper man ikke også planter og/eller andre levende organismer selv om man ikke spiser kjøtt?
– Det er et godt spørsmål i utgangspunktet. Hvis idealet er å redde planter er det likevel mye bedre å spise vegansk. For eksempel spiser man ti ganger mer planter via dyreføret når man spiser storfe versus plantebasert.
– Jaha, jeg forstår. Hva er din favorittplante da?
– Du kan sitere meg på dette: Jeg bor i en hytte i skogen og plukker mye brennesle. Det er veldig sunt. Selv om det ikke er så lett å høste, er det lett å bruke i mat.
– Haha. What?? Er det sånn at

man må være veggis for å være medlem i Norsk Vegetarforening? Jeg har veldig lyst til å bli medlem, men har ingen penger. Jeg kan derimot betale i kjøttstykker fra den møreste kua du noensinne har sett. Hva tror du om det?
– Det blir nok vanskelig. Vi tar hverken bitcoin eller kjøtt.
– Hva slags dyr mener du har det beste kjøttet, da?
– Jeg svarer høna eller egget, altså ingen av delene.
– Men både høne og egg er jo vit-terlig dyr?? Uansett, vil du vurdere deres stilling som Norges beste veggiser?
– Den er vanskelig. Men jeg vil si at på en god dag er vi det.
– Okei da, din brennesle-spisende luring. Vi snallast!

QUIZCORBIN

- 1. Hvem stakk nylig av med seieren i NRK-programmet Stjerne-kamp?
- 2. Hva het den svenske bilprodusenten som måtte gi opp i 2012?
- 3. Hvem gikk nylig av som leder for Oljefondet?
- 4. Når opphørte den norske kirke å være statlig?
- 5. Hva er defaultisme?
- 6. Hvem var den siste franske kongen?
- 7. Og hvem var den første franske presidenten?
- 8. Hvilken verdenskjent vitenskapsmann ble tilbudt Israels presidentskap i 1952?

- 9. I USA er speakeren i Representantenes hus mye i mediebildet nå om dagen. Hva heter personen?
- 10. Hvilket album topper den amerikanske Billboard 200 (per 4. november)?
- 11. Hvilken sang topper norske VG-lista (per 4. november)?
- 12. Hvilken film er den mest innbringende gjennom tidene?
- 13. Men hva hvis man justerer for inflasjon?
- 14. I hvilken av disse science fiction-klassikerne er handlingen satt til 2019: Back to the Future Part II (1989), Blade Runner (1982), eller Total Recall (1990)?

- 15. Hva er mafiologi?
- 16. Hva var kallenavnet til den beryktede gangsteren John Gotti?
- 17. Hva het hovedkarakteren man styrer i videospillet Grand Theft Auto IV?
- 18. Hva heter fotballklubben Bayern Münchens avtroppende trener?
- 19. Denne profilen hentet nylig hjem tennishistoriens største premiepott. Hva heter personen?
- 20. Mens vi er på temaet av premiepenger, hvilken tennisspiller er tidenes mest innbringende?



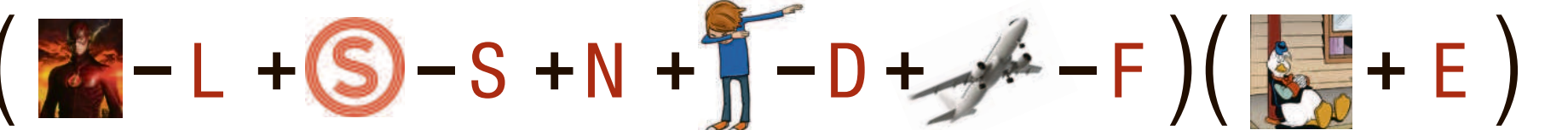
av Gabriel Corbin-Arntzen, journalist i Universitas

1. Bilal Saab 2. Saab 3. Yngve Slyngstad 4. 2012, og hadde da vært statlig fra 1537 i Danmark-Norge, og 1814 i Norge 5. En sinnsstiltand karakterisert av en tilbøyelighet til motløshet og overgivelse (ref. eksamenstilt?) 6. Ludvig XVI 7. Karl Ludvig-Napoleon Bonaparte, bedre kjent som Napoleon III (President 1848–1852; Keiser 1852–1870) 8. Albert Einstein 9. Nancy Pelosi 10. Jesus is King (av Kanye West) 11. Dance Monkey (av Tori Kelly) 12. Avengers: Endgame (2019), med ca. 2,8 milliarder (ref. 1939), ca. én milliard over femteklasser 13. Avengers: Endgame 14. Blade Runner (VI venter fortsatt på fivetybiller). Back to the Future Part II er satt til 2015, og Total Recall i 2084 15. Læren om organisert kriminalitet 16. The Teflon Don, da ingen anklager festet seg 17. Niko Bellic 18. Niko Kovac 19. Ashleigh Barry, som er nå er høyest rankede kvinne 20. Novak Djokovic, som er nå er høyest rankede mann

SVAR/DOM

- 0-4. Exphil på Bali: Du kombinerer chill studie med sol og klamydia, og tar livet med ro. Det vises.
- 5-9. AST1010 - Astronomi: Du er smart nok til å utnytte systemet som gratispassasjer, men dessverre stopper det der.
- 10-14. Juss: Dette var bra, men det rakk ikke helt til topps... Syt litt på Jodel.
- 15-20. Honours: WOW! Du er sååå flink!!! Gratulerer! Men det er kanskje ikke så rart siden du har en egen seksjon i biblioteket?

Rebus



HINT: Bedre sent enn aldri! Send løsning universitasdesk@gmail.com
FORRIGE LØSNING: «Pass deg for PK-politiet» Det klarte Pysjvikene, BAB, Christian Thorjussen, Uglebos tapre travers, Anas Al Haidar og Kamfer Paal