

// Tilbud for studenter med psykiske helseproblemer

# Studier med støtte



Arbeid og psykisk helse



---

## Hjelp til å komme gjennom studiene

Psykiske helseproblemer kan være et hinder i en studiesituasjon. Studier med støtte (SMS) er et tilbud for studenter med psykiske helseproblemer som trenger støtte,

rådgiving og tilrettelegging i studiehverdagen. Det er et samarbeidsprosjekt mellom studiested, Studentsamskipnaden, tiltaksarrangør og NAV.

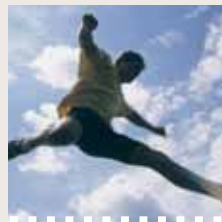


## Hvordan kan SMS hjelpe?

Det å ha psykiske helseproblemer kan iblant forsterke de vanlige utfordringene man møter som student. SMS kan hjelpe deg med å mestre studiehverdagen, men er ikke et behandlingstilbud.

### Du kan få hjelp til:

- strukturering av hverdagen og studiene
- utvikling og styrking av dine ferdigheter
- støtte og motivasjonssamtaler
- samarbeid med universitet/høyskole og støtteapparat





## Tilpasses dine behov

Oppfølgingen tilpasses dine behov. Noen ønsker hjelp med praktiske gjøremål, mens andre trenger støtte til å bli trygg i omgivelsene på studiestedet.

For noen studenter kan det også være aktuelt med oppfølging i grupper sammen med andre deltakere i prosjektet, hvis de ønsker det. SMS kan også ved behov være ditt talerør overfor utdanningsinstitusjonen i ulike sammenhenger i studietilværelsen.

## Noe for deg?

Tilbudet gjelder deg som har psykiske helseproblemer og som:

- er i ferd med å starte på en høyere utdanning
- er i en høyere utdanning
- eller har fått utdannelsen avbrutt eller forsinket på grunn av psykisk sykdom

Du må også oppfylle krav til studiekompetanse og være student ved en høgskole eller et universitet som har et tilbud om Studier med støtte. I dag finnes tilbudet i Hordaland, Rogaland, Sogn og Fjordane, Sør-Trøndelag, Troms, Aust-Agder og Vest-Agder.

Tilbudet vil variere fra fylke til fylke. Ta kontakt med ditt studiested for ytterligere informasjon.



