

// Tilbod til studentar med psykiske helseproblem

Studiar med støtte



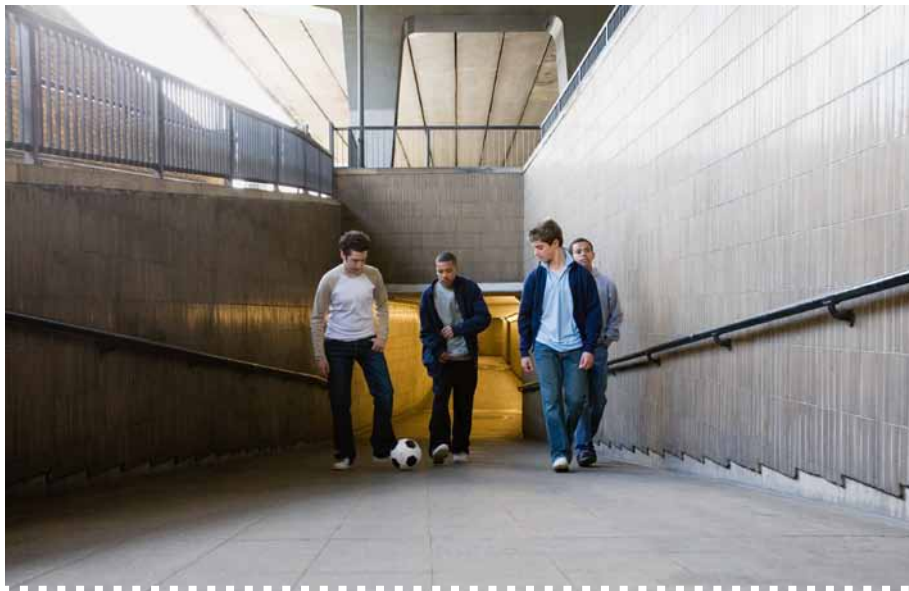
Arbeid og psykisk helse



Hjelp til å koma gjennom studiane

Psykiske helseproblem kan vera eit hinder i ein studiesituasjon. Studiar med støtte (SMS) er eit tilbod for studentar med psykiske helseproblem som treng støtte, rådgjeving og

tilrettelegging i studiekvardagen. SMS er eit samarbeidsprosjekt mellom studiestad, Studentsamskipnaden, tiltaksarrangør og NAV.



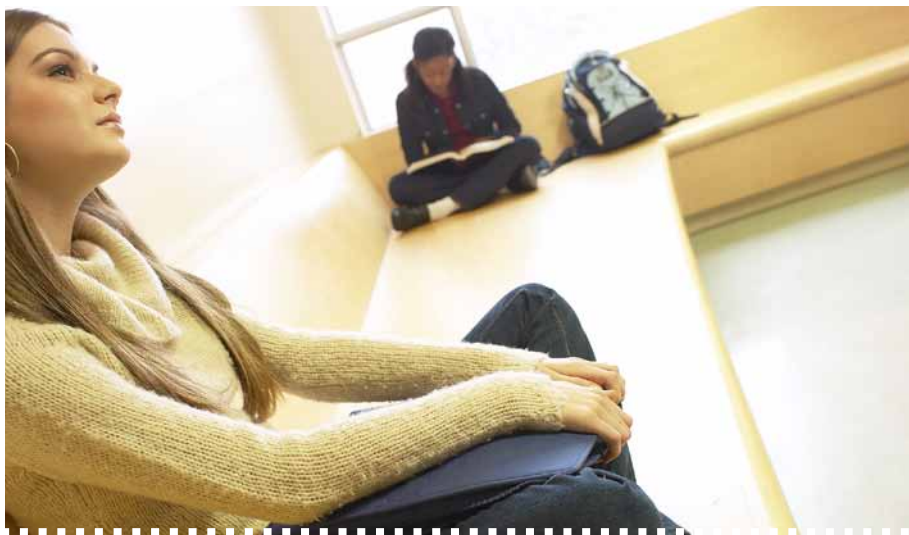
Korleis kan SMS hjelpa?

Det å ha psykiske helseproblem kan somme tider forsterka dei vanlege utfordringane ein møter som student. SMS kan hjelpa deg med å meistra studiekvardagen, men er ikkje eit behandlingstilbod.

Du kan få hjelp til:

- Strukturering av kvardagen og studiane
- Utvikling og styrking av dine dugleikar
- Støtte og motivasjonssamtalar
- Samarbeid med universitet/høgskule og støtteapparat





Vert tilpassa dine behov

Oppfølginga vert tilpassa dine behov. Nokre ynskjer hjelp til praktiske gjeremål, medan andre treng støtte til å verta trygg i omjevnadane på studiestaden.

For nokre studentar kan det også vera aktuelt med oppfølging i grupper saman med andre deltakarar i prosjektet, dersom dei ynskjer det. SMS kan også ved behov vera ditt talerøyr ovanfor utdanningsinstitusjonen i ulike samanhengar i studietilværet.

Noko for deg?

Tilbodet gjeld deg som har psykiske helseproblem og som:

- er i ferd med å starta på ei høgare utdanning
- er i ei høgare utdanning
- eller har fått utdanninga avbroten eller forsinka på grunn av psykisk sjukdom

Du må også oppfylle krav til studiekompetanse og vera student ved ein høgskule eller eit universitet som har tilbod om studiar med støtte. I dag er SMS eit tilbod i Hordaland, Rogaland, Sogn og Fjordane, Sør Trøndelag, Troms, Aust Agder, Vest Agder og Oslo.

Tilbodet vil variera frå fylke til fylke. Ta kontakt med studiestaden for meir informasjon.



Vil du vita meir?

Dersom du har spørsmål eller vil vita meir om dette tilbudet, ta kontakt med studiestaden din. Alternativt kan du ta kontakt med fylkeskoordinator for arbeid og psykisk helse i NAV.



www.nav.no/psykiskhelse