

# Housing Situation as Predictor of Student Health and Academic Results

Master thesis in Medicine

Josefin Söderpalm

Professor Maria Rosvall

Department of Public Health and Community Medicine  
Institute of Medicine, Sahlgrenska academy



UNIVERSITY OF GOTHENBURG

Programme in Medicine

Gothenburg, Sweden 2016



## Table of Contents

Abbreviations .....	4
Abstract .....	5
Background .....	5
Methods .....	5
Results .....	5
Conclusions .....	5
Keywords.....	5
1 Introduction .....	6
1.1 Aim.....	6
1.1.1 Scientific issues .....	6
1.1.2 Medical relevance.....	6
1.2 Introducing: The Student.....	7
1.2.1 The student population in Sweden .....	7
1.2.2 Student economy in Sweden .....	7
1.2.3 Student housing in Sweden .....	8
1.3 Previous studies on student health and health effect of social factors .....	9
2 Materials and methods.....	11
2.1 The survey .....	11
2.1.1 Study population.....	11
2.2 Definitions .....	11



2.2.1	Types of accommodation – what is a “stable housing situation”?	11
2.2.2	“Health” and “stress”	12
2.3	Statistical methods	13
2.3.1	Presentation of statistics	13
2.4	Ethical considerations	13
3	Results	14
3.1	Handling of responses	14
3.1.1	Excluded responses	14
3.1.2	Response rate	14
3.2	Demographics	15
3.2.1	General information	15
3.2.2	Health	15
3.2.3	Education	16
3.2.4	Housing	17
3.3	Comparisons and statistical analysis on group level	17
3.4	Student’s thoughts on the effects of social factors	20
3.4.1	Quotes from the survey	21
4	Discussion	22
4.1	Handling of responses, response rate and response bias	22
4.2	Main findings	24
4.2.1	Demographics	24



4.2.2 Comparisons on group level.....	24
4.2.3 Student views .....	25
4.3 Study limitations.....	26
4.3.1 Survey design and questions .....	26
4.3 Implications of findings.....	27
5 Conclusions .....	27
Populärvetenskaplig sammanfattning på svenska .....	28
References .....	29

**Appendix A-E**



## *Abbreviations*

CSN	Centrala studiestödsnämnden
EPN	Etikprövningsnämnden
SAKS	The Sahlgrenska academy Students' Union
SCB	Statistiska centralbyrån
SFS	The Swedish National Union of Students
UKÄ	Universitetskanslerämbetet



## Abstract

### Background

Student housing is actualized as a major issue at the start of each semester, and 12 out of 33 university cities cannot offer new students housing during their first semester. Housing is, among other factors, often dependent on academic results because of regulations made by student housing companies. Meanwhile, previous studies suggest that housing and other sociodemographic factors influence stress levels, performance levels and health in the general population. In this study, the aim was to investigate whether there are any associations between student housing and health, stress levels and academic results.

### Methods

Data was collected via an online survey that was sent to all students registered at the pharmacy programme, the physiotherapy programme, the programme in medicine and the speech and language pathology programme at Sahlgrenska academy. The results were analyzed using chi-square tests.

### Results

The general response rate was 20 %. A significant association was found between an unstable housing situation and reported health decline ( $p=0.02$ ). Housing was not found to be directly associated with stress levels or academic results. A reported health decline was, however, strongly associated with both of these factors. When the students were asked to derive health decline, stress levels and academic failure to specific factors, the most frequently listed factor was the work environment at the university.

### Conclusions

It is widely accepted that stress has a negative impact on health, but the source of stress among students remains a complicated issue. The results of this study suggest that an area of interest for further studies is the work environment at the university.

### Keywords

Students; housing; health; stress; work environment; academic failure



## 1 Introduction

At the start of every semester, the problem with student housing shortage is actualized. The media reports on students who are left with no other choice than to sleep in a tent on the campus grounds, or to pay high rents for living in someone's walk in closet (1) (2) (3) (4) (5) (6). During the rest of the year, though, the problem seems to be forgotten. The students find various types of housing and media loses interest. Still, the problem remains – not only for the generations of students to come, but also for the students already enrolled at the universities around the country. Each year, the housing situation is evaluated by, amongst others, student unions (7). However, information on how often the students are forced to move, what causes them to move, and what they think of their housing situation is often left out. Nor have there been any surveys on whether students think that their housing situation correlates to academic results and stress levels.

### 1.1 Aim

The overall aim was to investigate the impact of housing on students' health, stress levels and academic results. Furthermore, to investigate how, if at all, the students think that their housing situation correlates to academic results and stress levels.

#### 1.1.1 Scientific issues

- What is the current housing situation for full-time students, concerning form of accommodation and the frequency with which they move?
- What correlates can be found between student health, stress levels, housing and academic results?
- What are the students' thoughts on the correlation between housing situation, academic results and self-reported stress?

#### 1.1.2 Medical relevance

It is important to view patients as individuals who exist in a larger context than what is seen in the clinic. To better understand the patient and choose the appropriate way of treating and supporting



them, knowledge of how social factors affect health and level of performance is important.

In a public health perspective, knowledge on these matters is important for improving the overall health of the population and, subsequently, prevent unnecessary strain on health care and social services.

### 1.2 Introducing: The Student

In order to study the effects of social factors on student health, a basic understanding of these factors is necessary. Below follows a brief overview regarding the living conditions of Swedish students.

#### 1.2.1 *The student population in Sweden*

According to Statistiska Centralbyrån (SCB) and Universitetskanslerämbetet (UKÄ), there was a total of 403 900 students registered at a university in Sweden during the year 2014/15. Based on their Personal Identity Number, 242 400 (60%) out of these were female and 161 500 (40%) were male. The median age of registered students was 25.0 years (8).

Not all students study full time, and for students who only study part time different rules may apply. For the purposes of this study, only full time students are discussed.

#### 1.2.2 *Student economy in Sweden*

Every<sup>1</sup> student has a right to monthly student loan and financial support received from Centrala studiestödsnämnden (CSN). These are based on credits. Full time studies correspond to 30 credits per semester. The loan is 7 088 SEK a month and the financial support is 2 816 SEK a month, rendering a monthly income of 9 904 SEK. According to The Swedish National Union of Students (SFS),

---

<sup>1</sup> Exceptions are students who have already received six years' worth of loans and financial support; students who also work and have a salary exceeding 72 935 SEK over 23 weeks; and students who fail to earn enough credits during the semester.





students have monthly expenses of 10 106 SEK on average. Hence, students' budgets have a negative result of 202 SEK each month (9).

### *1.2.3 Student housing in Sweden*

#### *1.2.3.1 Definition of "student housing"*

There is some controversy surrounding the definition of "student housing" in Sweden. According to the administrative agency Boverket, a "student housing" is defined as a housing exclusively intended for university students (10). However, the trade association for student housing organizations in Sweden, Studentbostadsföretagen, defines a "student housing" as an accommodation that can be rented exclusively by students who are studying at post-secondary level and have the right to obtain financial support from CSN (11). The latter group transcends the boundaries of the first, according to Swedish law<sup>2</sup>. For the purposes of this study, the definition of Boverket has been used in the construction of the survey, but the definition of Studentbostadsföretagen holds relevance for the discussion (see 1.1.4).

#### *1.2.3.2 Types of student housing*

Student housing is available in various sizes, from a room in a corridor with a shared kitchen to an apartment with several rooms and a complete kitchen. The most common type of student housing is a one room apartment with a kitchenette. The average rent varies from 2338 to 5316 SEK per month depending on the type of housing (11).

#### *1.2.3.3 Availability of student housing*

According to a report on student housing done by SFS, 12 out of 33 university cities investigated cannot offer new students a stable housing during their first semester (7). It is hard to estimate an average queuing time a student is required to have in order to be offered a student housing since it

---

<sup>2</sup> Studiestödsförordning (2000:655)



varies over the year, and from city to city. In Gothenburg the least queuing time required, in August 2015, was 60 weeks (11).

### *1.2.4 Objective effects, of academic results, on student housing*

During the first year of university studies, CSN requires students to obtain 62.5% of credits (for a full time student, this is 37 credits in total). After the first year, the requirements are raised to 75% of credits (45 credits in total). Failure to meet these requirements will result in further loans and financial support being withheld until the required credits are obtained (12).

Studentbostadsföretagen has a trade recommendation that states that there should be a study requirement for tenants. The recommended requirement is that the tenant obtains at least 15 credits per semester. Thus, the result of an academic failure could be eviction (13).

### *1.3 Previous studies on student health and health effect of social factors*

In 2014 a study was conducted over nine universities in Libya, regarding the association of health complaints and perceived stressors among students. The study concluded that there is a “strong relationship between perceived stressors and health complaints [which] calls for preventive action” (14). The authors could see that many stressors were born out of the specific life circumstances for a student, but concluded that interventions from the university may also be of great importance for student health. Another study, published in 2015, which surveyed university students in China and Germany, could also conclude that perceived stress was associated with lifestyle-related characteristics and health complaints (15).

An article published in 2015, covering a study among South Australian adults, on the effect of socioeconomic factors on mental health, showed a relationship between socioeconomic position and mental health. It was shown that a low socioeconomic position in adulthood had a higher impact on



poor mental health than a low socioeconomic position in childhood, if there had been a social mobility over the course of life. For example, a current “low dwelling status” (defined by the authors as not owning the housing) was shown to be a predictor for psychological stress and mental health conditions, regardless of the dwelling status in childhood. The authors concluded that “the opportunity to reduce poor mental health in adulthood may be achieved by improving and providing continual support for housing affordability and security, and minimizing financial stress hence decreasing socioeconomic disadvantages” (16).

A study published in 2002 showed an association between both physical and psychological health and factors of housing, but concluded that self-assessed stress and social support contributed to health more strongly (17).

In a study conducted in the United Kingdom, students of dental surgery were asked to rate the greatest barriers to effective study. A barrier of “social distractions” was the most highly rated, and was significantly associated to a lower level of academic performance. However, the authors of the article were unsure what these distractions consisted of. Furthermore, the authors concluded that a difficult journey from home to campus was a significant predictor of perceived stress, while accommodation type was not (18).

In a review article on stress and health, several reports showed that cumulative stressors were associated with social status, and that this stress exposure, in turn, was associated with “self-rated poor health, functional limitations, and physical health conditions as well as distress and depressive symptoms, major depressive disorder, and alcohol and substance use disorders” (19).



## 2 Materials and methods

This study is mainly a quantitative study, with multiple-choice survey questions. Although the survey contained a few free text (qualitative) questions, the answers to these questions (shown further down) were ultimately not used to answer any of the scientific issues, but only to give the reader a sense of the voice of the students.

### 2.1 The survey

The survey was web-based, created on Google forms, and sent out via e-mail. It consisted of up to 43 questions, depending on the respondent's answers. The survey was open for fourteen days and one reminder was sent out. The full survey can be seen in appendix A.

#### 2.1.1 Study population

The survey was sent out to all mailing lists, provided by Gothenburg university, reaching students registered at the speech and language pathology programme (n=119), the pharmacy programme (n=365), the physiotherapy programme (n=232) and the programme in medicine (n=1515). In total the survey was sent out to 2231 students.

## 2.2 Definitions

### 2.2.1 Types of accommodation – what is a “stable housing situation”?

In this study, a “stable housing situation” is classified as a housing situation where the resident either owns the housing, or where the lease does not have a time limit nor is correlated to other factors, such as academic results or being registered as a student at a university. Furthermore, subletting leases and lodging was considered “unstable” regardless of other factors. This definition was made by the author and based on the definition used by SFS (7).

The responders of the survey were asked to describe their current housing situation by answering three questions. Based on their answers, their current housing situation was determined “stable” or “unstable” according to the definition above. For a visual representation of this definition, see flow-



chart in figure 1. Since the study concerned health in retrospect, the responders were grouped by having a current or previous unstable housing situation; or never having had an unstable housing situation. All respondents were asked whether they had had several accommodations during their time at university; how many times they had moved; and which types of accommodation they had had previously. If the respondent currently had a “stable” housing situation, but reported to previously having had a type of accommodation that is directly classified as “unstable”, they were sorted into the group of “unstable housing situation”.

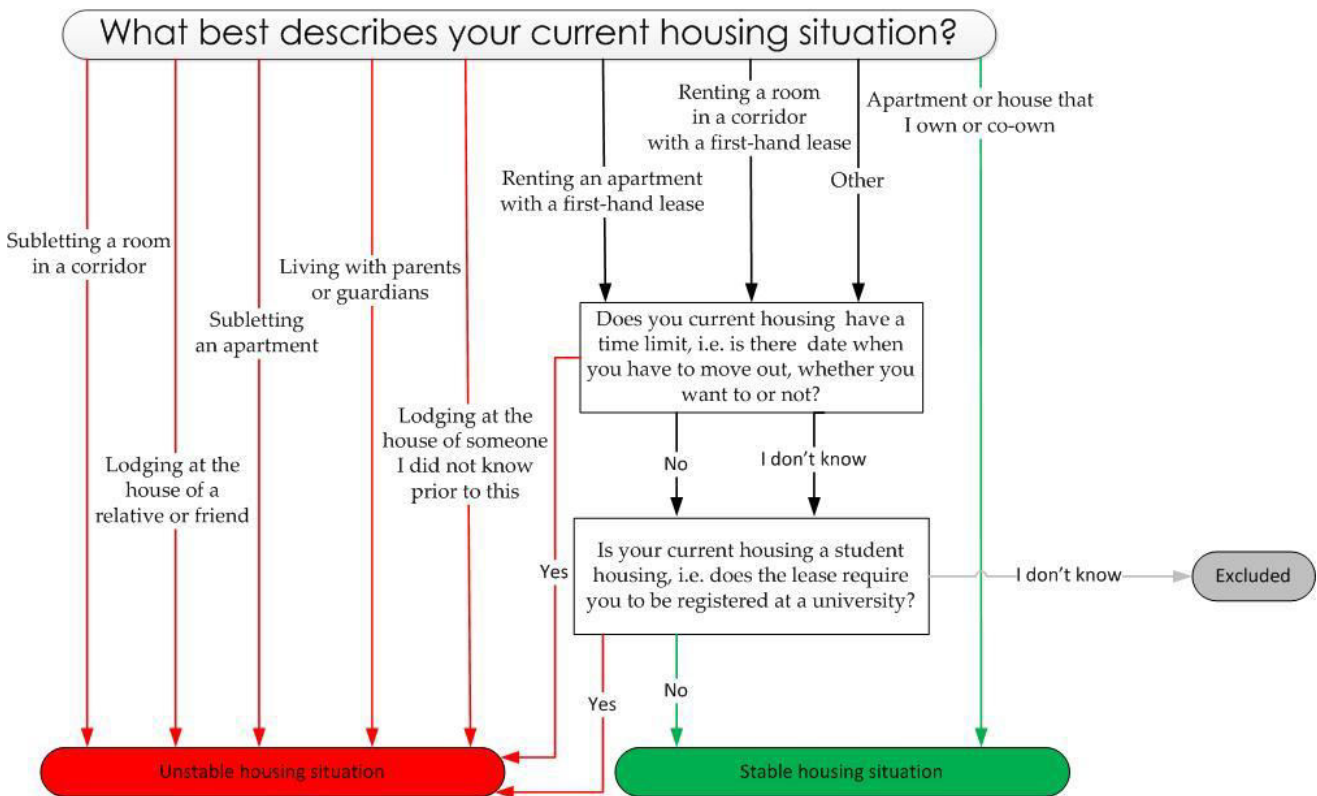


Figure 1 Flow-chart for determining a housing situation “stable” or “unstable”. This definition was made by the author of this report.

### 2.2.2 “Health” and “stress”

“Health” and “stress” were defined in the survey when mentioned in a question. “Health” was defined as “psychological or physical health”. “Stress” was defined as “a feeling of stress that is not transient”.



### 2.3 Statistical methods

For comparison between groups Fisher's Exact test (lowest 1-sided p-value multiplied by 2) was used for dichotomous variables and the Mantel-Haenszel Chi Square test was used for ordered categorical variables. All tests were two-tailed and conducted at a 5% significance level. Analysis of data was performed in IBM SPSS and Microsoft Excel. Tables were created in Microsoft Excel.

#### 2.3.1 Presentation of statistics

Response rates (numbers and proportions (%)) by University program are shown in Table 1.

Characteristics of the study population (numbers and proportions (%)) regarding demographics, health and stress situation, and housing situation are given in Table 2a, 2b, and 2c, respectively.

Characteristics of the study population (numbers and proportions (%)) regarding study results, health and stress situation, and stratified by housing situation, are given in table 3. Table 4 presents students' views on the influence of social factors on academic results, health and stress level (number and proportions (%)).

### 2.4 Ethical considerations

All data was strictly anonymous with no possibility of tracing the responses of specific individuals, according to article 24 of the Helsinki declaration. In this report, the data is presented on group level.

Etikprövningslagen does not cover research performed for the purpose of higher education on bachelor or master's level, and thus, no review by Etikprövningsnämnden (EPN) was necessary for this study.<sup>3</sup>

All recipients of the survey were fully informed of the purpose of the study and that they had the option to skip questions, or drop out of the survey at any time. This is in line with article 25 of the Helsinki declaration.

---

<sup>3</sup> Lag (2003:460) om etikprövning av forskning som avser människor



In this survey, it was possible for the respondents to choose between four options when asked what their gender was: “male”, “female”, “other” or “prefer not to answer”. This was a decision made to make all respondents feel comfortable with answering the question, and it is in line with the UN resolution on human right, which underlines the importance of gender identity as a discrimination criteria (20). It is also in line with articles 7, 8 and 13 of the Helsinki declaration.

### 3 Results

#### 3.1 Handling of responses

##### 3.1.1 Excluded responses

Six responses were excluded because the responders either stated that they were not registered at any of the university programs included in the study, or did not answer the question about university program at all. Four responses were excluded because their housing situation could not be defined as either “stable” or “unstable” due to lack of information. All exclusions were done before any further analysis was made.

##### 3.1.2 Response rate

Out of the 2231 students contacted, 445 students responded to the survey, which corresponds to a 20% a response rate. After exclusions, 435 remained for analysis. The response rates of the different university programs varied from 14% to 35%. See table 1.

**Table 1.** Response rates by university program

Program	number contacted	number responded	response rate
Apotekarprogrammet	365	57	16%
Fysioterapeutprogrammet	232	32	14%
Logopedprogrammet	119	42	35%
Läkarprogrammet	1515	304	20%

*Table 1. The total response rate was 20% with a variation from 14% to 35% between the different programs.*



### 3.2 Demographics

#### 3.2.1 General information

66% of the respondents identified as women. 32% identified as men and 2% identified as “other” or preferred not to answer. The year of birth of the respondents varied from 1980 or earlier, to 1995 or later. A majority of the respondents (53%) were born between 1991 and 1995. See table 2a.

**Table 2 a.** Demographics: General information

	n	%
<b>Gender</b>		
Female	285	66
Male	140	32
Other	2	< 1
Prefers not to answer	8	2
<b>Year of birth</b>		
-1980	22	5
1981-1985	35	8
1986-1990	111	26
1991-1995	232	53
1995-	35	8

#### 3.2.2 Health

When respondents were asked to rate their physical and psychological health before enrolling at university, 35% and 27% respectively rated their health as “very good” (5 out of 5). When rating their current physical and psychological health, these numbers dropped to 25% and 16% respectively. 44% of respondents reported an experience of health decline since enrolling at university. 44% also reported to often have experienced stress in their daily life earlier during their studies, and 35% reported to often experiencing stress in their daily life currently. See table 2b.





**Table 2 b.** Demographics: Health

	n	%
<b>Self-rated physical health before enrolling at university</b>		
5	151	35
4	187	43
3	84	19
2	11	3
1	1	< 1
<b>Self-rated psychological health before enrolling at university</b>		
5	117	27
4	173	40
3	94	22
2	45	10
1	6	1
<b>Self-rated physical health since enrolling at university</b>		
5	107	25
4	170	39
3	115	26
2	36	8
1	6	1
<b>Self-rated psychological health since enrolling at university</b>		
5	70	16
4	174	40
3	124	29
2	53	12
1	13	3
<b>Has experienced any form of health decline during their time at the university</b>		
Yes	192	44
No	188	43
I don't know	54	12
<b>Has previously during their time at the university experienced stress in their daily life</b>		
Yes, often	192	44
Yes, sometimes	200	46
No	43	10
<b>Is currently experiencing stress in thier daily life</b>		
Yes, often	152	35
Yes, sometimes	190	44
No	93	21

**Table 2 b.** Health was rated on a scale from 1-5, where 1 is very poor and 5 is very good.

### 3.2.3 Education

A vast majority of responders (70%) were registered at the programme of medicine. However, the response rate for the four programs were rather similar (see table 1 above). A majority (51%) of the responding stated that they had never failed an examination. See appendix B.



### 3.2.4 Housing

When examining the housing situation of responding students, 57% were shown to have a current unstable housing situation. 71% had a *current or previous* unstable housing situation. The latter was the group used for further analysis. See table 2c.

**Table 2 c.** Demographics: Housing situation

	n	%
<b>Unstable housing situation, current</b>		
Yes	247	57
No	188	43
<b>Unstable housing situation, current or previous</b>		
Yes	310	71
No	125	29
<b>Unhappy with current housing situation (rated &lt; 3 out of 5)</b>		
Yes	22	5
No	413	95
		out of 5
<b>Average rating of current housing</b>		4.31
<b>Moved at least once during the time at university</b>		
Yes	244	56
No	191	44
		times/year
<b>Frequency of moving</b>		
All		0.49
For respondents who have moved at least once		0.90

### 3.3 Comparisons and statistical analysis on group level

Three different group level-comparisons were made: based on reported health decline (appendix C), academic results (appendix D), and housing situation (table 3). For each group level-comparison, differences in social factors, self-rated health, and reports on health decline, stress levels and academic results were examined.

After conducting a Fisher’s exact chi-square analysis a significant correlation was found between



reported health decline, since enrolling at university, and having an unstable housing situation ( $p=0.02$ ).

Further analyzes are shown in appendix C and D. A reported health decline was significantly associated with often experiencing stress in the daily life ( $p<0.001$ ), and also with a higher rate of academic failure ( $p=0.002$ ). However, as seen in table 3, no direct association could be shown between housing and stress levels, nor between housing and academic results.



**Table 3.** Comparison based on housing situation

	Unstable housing situation		Stable housing situation		p-value
	n	%	n	%	
<b>Has failed any examinations during thier current studies</b>					
Yes, more than once	101	32	39	31	0.74
Yes, once	49	16	22	18	
No	159	51	65	52	
<b>More than once</b>					
More than once	101	32	39	31	0.91
Once/never	210	68	85	69	
<b>Self-rated physical health since enrolling at university</b>					
5	70	23	37	30	0.44
4	125	40	46	37	
3	86	28	28	22	
2	24	8	12	10	
1	4	1	2	2	
<b>Self-rated psychological health since enrolling at university</b>					
5	47	15	23	18	0.07
4	119	39	56	45	
3	91	29	32	26	
2	42	14	11	9	
1	10	3	3	2	
<b>Has experienced health decline since enrolling at university</b>					
Yes	136	55	56	42	0.02*
No	111	45	77	58	
<b>Has previously, during their time at the university, experienced stress in thier daily life</b>					
Yes, often	136	44	56	45	0.54
Yes, sometimes	148	48	52	42	
No	26	8	17	14	

**Table 3.** Comparison of health, academic results and stress levels between respondents determined to have an unstable housing situation, and respondents determined to have a stable housing situation, according to the definition in 3.2.1. Health was rated 1-5 where 1 is very poor and 5 is very good. 1 is very poor and 5 is very good.



### 3.4 Student's thoughts on the effects of social factors

When asked to derive health decline, stress levels and academic failure to specific factors, respondents most commonly chose the work environment at the university (table 4). This was one of the three most common answers in all three cases. Housing was never at the top half of factors chosen as having had an influence on the respondents personally. In spite of this, when asked directly, 94% of students considered housing an important factor for determining all of these as a group.

**Table 4.** Students' views on the influence of social factors on health, stress and academic results

	n	%
<b>If you have experienced any form of health decline during your time at the university, can you derive this to:</b>		
The work environment (mental and physical) at the university	95	48
Other factors	70	36
A specific life event	59	30
Your family situation	42	21
Your housing situation	33	17
Don't know	29	15
Your financial situation	28	14
You health at the start of your time at university	23	12
<b>If you experience, or have previously experienced, stress in your daily life since enrolling at university, can you derive this to:</b>		
The work environment (mental and physical) at the university	182	46
Other factors	154	39
A specific life event	130	33
Your financial situation	117	29
Your family situation	102	26
Your health	102	26
Your housing situation	85	21
Don't know	32	8
<b>If you have failed any examinations during your current studies, can you derive this to:</b>		
Other factors	90	43
Don't know	46	22
The work environment (mental and physical) at the university	44	21
A specific life event	43	20
Your health	35	17
Your family situation	27	13
Your housing situation	15	7
Your financial situation	13	6
<b>Do you think that, generally, housing is an important factor in determining students' health and academic results?</b>		
Yes	411	94
No	24	6

*Table 4.* The respondents' views on how social factors impact health and academic results, sorted in order of estimated importance. These were multiple choice questions, meaning respondents were able to select several answers. The percentages show how many chose each answer.



### 3.4.1 Quotes from the survey

Students were allowed to elaborate on the topic of why they thought that housing was, or was not, an important factor in determining students' health and academic results. A selection of translated quotes can be seen below. All quotes can be seen in appendix E (in Swedish). No further analysis of these quotes was made.

*"[...] To be able to cope with stress, eat well, take time to exercise and get enough sleep are probably more important factors for student health and performance..."*

*"To have an unstable housing situation, for example a time limited subletting lease, ought to be as stressful as financial difficulties and the like. Chronic stress and worry has a negative impact on memory and performance and affects physical health, for example by somewhat lowering the immune system. Seems obvious that it has a negative effect."*

*"It is, of course, one more stress factor. Long queues for getting an apartment, exorbitant rents et cetera. My parents don't live here, which makes it impossible for me to move back to their house if I become homeless. I don't think anyone wants to do that regardless..."*

*"After living in my cousin's living room, and sleeping on the couch, for two months together with another lodger, I asked my parents for help to buy a flat because I doubted my ability to succeed in my studies as I had not found housing in spite of diligent searching. You need a safe place to come home to in order to be able [to focus on school.]"*

*"I think that most people are adjustable and thus, your housing situation does not majorly impact your academic results. However, it is a factor equally important [for*



*academic success] as a good work environment, a good social environment and a good social life.”*

*“I think it is extremely stressful to have to worry about if/when you will find your next housing. I think that many (including myself) put a lot of time into looking for housing due to fear of ending up homeless when the current lease expires. Time that should be put into studying or recovering.”*

*“I think that it is easier to focus on your studies if you have a stable housing situation (for example a first-hand lease for an apartment that you are happy with). Otherwise a lot of energy might go to worrying about where you are going to live. Many med students think that school is very stressful, which I think makes it especially important to have a stable housing situation to relieve the stress...”*

## 4 Discussion

### 4.1 Handling of responses, response rate and response bias

A total of ten responses were excluded either because of missing data or because the respondents were not included in the target group of students registered at the pharmacy programme, the physiotherapy programme, the programme in medicine and the speech and language pathology programme. Some of these exclusions might have been avoided with small changes in the design of the survey, see 4.2.1.

The response rate of the survey was 20%, and while a higher response rate would have been desirable there is no general expected response frequency to compare with. It is important to consider the effect of a low response frequency. In this case, a response analysis has not been conducted. However, in general these analyzes show that the respondents are healthier, older and higher educated than the



target population as a whole. Women also tend to be overrepresented among respondents. Since the respondents were self-selected, there is a non-response bias to be accounted for in this survey. The purpose of the survey was clearly stated to the recipients of the survey, as well as the estimated response time of 15 minutes. Therefore, it is likely that students with stronger opinions, on the matter of student housing, were more inclined to respond. There might also be a healthy user bias, since the answering time for the survey was quite long. Students who are more stressed or unhealthy might be less inclined to respond to the survey because they do not have the time or energy for it (21).

It is likely that the study suffers for both a non-response bias and a health user bias. The non-response bias is likely to tilt the results so that the housing situation may seem more impactful than it would, had the response frequency been higher. This is especially important when considering the results regarding students' views. It is entirely possible that the respondents of the survey regard housing as an important issue in a much higher respect than students in general. The healthy user bias, on the other hand, might mask a higher frequency of poor health, where the results imply a level of general health that is higher than is actually the case. A response analysis would of course have been helpful in properly interpreting and further discussing the results.

The possible impact of the choice of study population should also be considered. All students included in this study are registered at university programs that are health-centered. It is possible that students of other subjects have another view of their own health and what impacts it. Furthermore, since students of the programme of medicine made up a large part of respondents, the possible effect of this should also be considered. Health and care professions are among the most common professions to “inherit” from the parents or guardians in Sweden (22). This means that our study





population, and particularly the students of the programme of medicine, might have grown up in families with a higher socioeconomic standard than the general student population.

### 4.2 Main findings

#### 4.2.1 Demographics

The demographics of the respondents corresponds quite well to that of the Swedish student population. While the respondent were 66% female and 32% male, the Swedish student population is 60% female and 40% male. The majority of respondents were born between 1991 and 1995, an age span of 21 to 25 years of age, while the average age of a Swedish student is 25 years. In light of this, the group of respondents seems representable of the student population as a whole with regard to sex and age.

#### 4.2.2 Comparisons on group level

The aim of this study was to conclude if there is reason to believe that the housing situation has an impact on student health, stress levels and academic results. While housing was only shown to be significantly associated with health decline in students, health decline was in turn significantly associated with both elevated subjective stress levels and a higher rate of academic failure. Although this study cannot support a direct link between housing and stress levels or academic results, an indirect association via health decline cannot be ruled out. Since “health” is a broad term that was not specifically defined in the survey, the results of this study could be interpreted as suggesting that an unstable housing situation is associated with one type of health decline, while stress levels and academic results are associated with another. This suggestion, however, contradicts one study (17), which showed housing to be correlated to both physical and psychological health.

The association between health decline and stress levels is well documented (14) (19) (23). Several studies on the impact of stress on burnout, health and performance have also been conducted, and



associations have been found (24) (25). The findings of this survey are in line with the findings of previous studies in the field.

The analyses conducted in this study says nothing of the causality of the associations. Thus, these results don't tell us the nature of these associations. There are several confounders to consider – some of which are not included in the data to begin with – and a multivariable analysis would have been required to adjust for these. Possible confounders include, but are not limited to: the economic situation of the respondent; the possibility for the respondent to receive support from their parents or guardians; the subjective feeling of housing stability; and the effect health has on the ability to look for housing. See 4.3.1 for further discussion on this matter.

### *4.2.3 Student views*

Although students did not generally rate housing as a reason for personal health decline, stress or academic failure, the students were prone to believe that housing is an important factor. The strong disconnect between personal experience and opinion on this matter suggest that although housing is an important factor, other factors are more important. This supports findings in previous studies (16).

Students most commonly derived elevated stress levels and health decline to the work environment at university. This survey did not focus on work environment issues, and thus there were no further questions examining this factor. According to a survey conducted by The Sahlgrenska academy Students' Union (SAKS) in 2014, 50% of students are unhappy with the physical work environment, and 50% are unhappy with the psychological work environment (26).



### 4.3 Study limitations

#### 4.3.1 Survey design and questions

The survey had no compulsory questions, leaving it up to the respondents to decide whether they wanted to answer a question or not. A missing answer did not prevent the respondent from continuing to the next section of the survey, or from sending in the survey. This decision was made to make the respondents feel more comfortable with filling in the survey. It did however render a few responses that could not be used for analysis, either because it was not possible to determine their housing situation as either “stable” or “unstable”, or because it could not be confirmed that the respondents were part of the target group (they had not stated what university program they were registered at). Although the amount of responses excluded this way was not a big part of the total amount of responses, it would have been advisable to make these vital questions compulsory.

When analyzing the results of the study, it became obvious that a few questions should have been added or rephrased. As an example of this, for a more specific analysis of association between health decline and housing, it would have been better to ask for physical and psychological health decline separately, rather than combined. Another example is the question concerning previous housing situations. There was no question allowing the respondent to specify whether previous accommodations were student housings or had a time-limited lease. Because of this, the classification of previous “stable” or “unstable” housing was impacted, as determining factors were missing.

The definition of “stable” or “unstable” housing is central in this study. An obvious flaw in the design of the survey is the lack of a question where the respondents were able to rate the subjective feeling of stability. With the definition used, this is not taken in account. While a student housing – where the lease is dependent on the academic results – seems to be an unstable housing situation, there is no



saying that the student living in a student housing is affected (or even acutely aware) of this aspect of the lease.

### 4.3 Implications of findings

This is a small cross-sectional study with a relatively low response frequency. The results should therefore be viewed as hypothesis-generating. A follow-up study with a larger amount of data, preferably with a longitudinal approach, is needed to establish the association between housing situation, health, stress levels and academic results.

## 5 Conclusions

The results of this study support conclusions of previous studies in the field, suggesting that housing situation and self-rated health are associated. However, it was not possible to determine whether or not this association is causal. Furthermore, although this study could not show an association between housing situation and stress levels or academic results, the vast majority of students consider housing an important factor. This suggests that further studies are needed to exclude the possibility of housing having an influence on stress levels and academic results. It is widely accepted that stress has a negative impact on health, but the source of stress among students remains a complicated issue. The results of this study suggest that an area of interest for further studies is the work environment at the university.



## Populärvetenskaplig sammanfattning på svenska

Varje sensommar aktualiseras problemet med studentbostadsbristen. Tidningarna skriver om studenter som tvingas tälta på campusområden eller betala dyrt för att få bo i någons garderob. Under resten av året ges dock problemet med studentbostadsbristen relativt lite uppmärksamhet. Studenterna har hittat olika typer av lösningar och media tappar intresset. Problemet kvarstår dock – inte bara för de studenter som börjar på landets universitet och högskolor nästa terminsstart, utan även för studenterna som redan finns i staden. Det finns kartläggningar över boendesituationen bland annat från studentorganisationer. Enligt den senaste rapporten från samarbetsorganisationen Sveriges Förenade Studentkårer kan tolv av 33 universitetsstäder inte erbjuda studenter ett stabilt boende inom ett halvår. Däremot saknas information om tidigare boendeformer och hur ofta studenterna behövt flytta. Det saknas även information om studenters tankar och upplevelser av hur studieresultat och stressnivå sammanhänger med boendesituation.

Resultat från tidigare studier tyder på att boende och andra sociodemografiska faktorer påverkar stressnivåer, prestation och hälsa hos populationen i stort. Den här studien undersökte huruvida sådana kopplingar går att påvisa hos studentpopulationen. Anledningen till att den här typen av studie är intressant är att kännedom om hur sociala faktorer påverkar hälsa och prestationsförmåga ger större förståelse för patienten och för att kunna ge patienter den behandling och det stöd som behövs.

Studien genomfördes med hjälp av en webbaserad enkät som skickades ut till studenter registrerade på apotekarprogrammet, fysioterapeutprogrammet, logopedprogrammet och läkarprogrammet på Sahlgrenska akademien i Göteborg. Svaren sammanställdes sedan och analyserades med vedertagna statistiska metoder för att hitta eventuella samband.

Resultaten visade att det fanns en statistiskt signifikant association mellan en instabil boendesituation och en självrapporterad hälsoförsämring under studietiden. Däremot kunde den här studien inte visa huruvida det är boendesituationen som orsakar hälsoförsämringen eller om det, till exempel, finns någon annan faktor som bidrar till både hälsoförsämring och instabilt boende. Det fanns ingen statistiskt signifikant association mellan boendesituationen och stressnivåer eller akademiska resultat.

I enkäten ombads studenterna att själva härleda en eventuell hälsoförsämring, förhöjd stressnivå eller underkänt resultat på examinationer till olika faktorer. På dessa frågor var boendesituationen aldrig ett av de vanligaste svaren. Den vanligaste faktorn var istället arbetsmiljön på universitetet. När studenterna fick en direkt fråga rörande om de tror att boendesituationen är viktig för hälsa och studieresultat svarade dock 94% att de trodde att den var viktig.

Slutsatsen av studien blir att det finns anledning att tro att boende och hälsa har med varandra att göra, men att fler studier behövs för att avgöra hur de är sammankopplade. Angående studenters egen uppfattning visar resultatet av studien att studenter verkar tycka att boende är viktigt, men att andra faktorer, som exempelvis arbetsmiljön på universitetet, uppfattas som viktigare och kan vara ett intressant område för framtida studier.



## References

1. Alestig P. Svenska Dagbladet Näringsliv. [Online].; 2014. Available from:  
<http://www.svd.se/hyr-en-garderob-for-2000-kronor-i-manaden>.
2. Alfredsson E, Makar M. SVT. [Online].; 2015. Available from:  
<http://www.svt.se/nyheter/lokalt/blekinge/karlskrona-rodlistas-i-bostadsrapport>.
3. Johansson T. SVT. [Online].; 2013. Available from:  
<http://www.svt.se/nyheter/lokalt/vasterbotten/fortsatt-bostadskris-for-umeas-studenter>.
4. Jägemar RO. SVT. [Online].; 2015. Available from:  
<http://www.svt.se/nyheter/lokalt/uppsala/bostadssokande-studenter-kontaktas-for-sex>.
5. Naher SA. Aftonbladet. [Online].; 2015. Available from:  
<http://www.aftonbladet.se/ledare/ledarkronika/somaralnaer/article21095350.ab>.
6. TT. Svenska Dagbladet. [Online].; 2014. Available from: <http://www.svd.se/akut-bostadsbrist-for-studenter>.
7. Sveriges förenade studentkårer. SFS bostadsrapport 2015. Stockholm.; 2015.
8. Statistiska centralbyrån and Universitetskanslerämbetet. Studenter och examinerade på grundnivå och avancerad nivå 2014/15. ; 2016.
9. Sveriges förenade studentkårer. SFS Studentbudget 2016. ; 2016.



10. Boverket. Boverket. [Online].; 2011. Available from:  
<http://www.boverket.se/contentassets/a9a584aa0e564c8998d079d752f6b76d/bbr-bfs-2011-6-tom-bfs-2015-3-konsoliderad.pdf>.
11. Studentbostadsföretagen. Studboguiden 2015. ; 2015.
12. Centrala studiestödsnämnden. Centrala studiestödsnämnden. [Online].; 2013. Available from:  
<http://www.csn.se/hogskola/krav/studieresultat>.
13. Johansson M. Secretary-general, Studentbostadsföretagen. 2016 May 02..
14. El Ansari W, Khalil K, Stock C. Symptoms and Health Complaints and Their Association with Perceived Stressors among Students at Nine Libyan Universities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2014: p. 12088-12107.
15. Chu JJ, Khan MH, Jahn HJ, Kraemer A. Comparison of Subjective Health Complaints between Chinese and German University Students: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2015: p. 15794–15806.
16. Dal Grande E, Chittleborough CR, Wu J, Shi Z, Goldney RD, Taylor AW. Effect of social mobility in family financial situation and housing tenure on mental health conditions among South Australian adults: results from a population health surveillance system, 2009 to 2011. *BMC Public Health*. 2015.
17. Dunn JR. Housing and inequalities in health: a study of socioeconomic dimensions of housing and self reported health from a survey of Vancouver residents. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 2002: p. 671–681.



18. Turner J, Bartlett D, Andiappan M, Cabot L. Students' perceived stress and perception of barriers to effective study: impact on academic performance in examinations. *British Dental Journal*. 2015; p. 453 - 458.
19. Thoits PA. Stress and Health: Major Findings and Policy Implications. *Journal of Health and Social Behavior*. 2010; p. S41-S53.
20. United Nations General Assembly. [Online].; 2011. Available from:  
[http://www2.ohchr.org/english/bodies/hrcouncil/docs/19session/A.HRC.19.41\\_English.pdf](http://www2.ohchr.org/english/bodies/hrcouncil/docs/19session/A.HRC.19.41_English.pdf).
21. Lindén-Boström M, Persson C. Bortfall i folkhälsoenkäter - spelar det någon roll? Örebro.; 2010.
22. Patmalnieks A. Du&jobbet. [Online].; 2011. Available from:  
<http://www.duochjobbet.se/nyhet/yrkesarv/>.
23. McEwen BS. Central effects of stress hormones in health and disease: understanding the protective and damaging effects of stress and stress mediators. *European Journal of Pharmacology*. 2008; p. 174–185.
24. Khamisa N, Oldenburg B, Peltzer K, Ilic D. Work Related Stress, Burnout, Job Satisfaction and General Health of Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2015; p. 652-666.
25. Needham BL, Crosnoe R, Muller C. Academic Failure in Secondary School: The Inter-Related Role of Health Problems and Educational Context. *Social Problems*. 2004; p. 569–586.
26. Sahlgrenska akademins Studentkår. Rapport: Arbetsmiljö för studenter vid Sahlgrenska akademien. Göteborg;; 2014.





# Enkät om studenters hälsa, boende och studieresultat

Svaren på denna enkät kommer att användas i ett examensarbete inom ramarna för Läkarprogrammet på Sahlgrenska akademien. Alla svar är anonyma och kommer inte att kunna spåras till den svarande. Svaren kan komma att användas i andra studier i framtiden.

## Om den svarande

Välj det alternativ som bäst stämmer in på dig!

### 1. Kön

*Mark only one oval.*

- Kvinna
- Man
- Annat
- Föredrar att inte svara

### 2. Födelseår

*Mark only one oval.*

- 1980
- 1981-1985
- 1986-1990
- 1991-1995
- 1995-

### 3. Hemort innan aktuell utbildning påbörjades:

*Mark only one oval.*

- Göteborg
- Götaland. Mindre än en timmes resväg från Göteborg.
- Götaland. Mer än en timmes resväg från Göteborg.
- Svealand
- Norrland
- Annat land

**4. Hemort nu:**

*Mark only one oval.*

- Göteborg
- Götaland. Mindre än en timmes resväg från Göteborg.
- Götaland. Mer än en timmes resväg från Göteborg.
- Svealand
- Norrland
- Annat land

**5. Familjesituation**

*Mark only one oval.*

- Gift eller sambo, med barn
- Gift eller sambo, utan barn
- Ensamstående eller särbo, med barn
- Ensamstående eller särbo, utan barn

## Om den svarandes utbildning

Frågorna rör den utbildning du för närvarande är registrerad på, om inget annat anges.

**6. Vilket år påbörjade du din nuvarande utbildning?**

*Mark only one oval.*

- 2000
- 2001
- 2002
- 2003
- 2004
- 2005
- 2006
- 2007
- 2008
- 2009
- 2010
- 2011
- 2012
- 2013
- 2014
- 2015
- 2016

**7. Har du studerat på heltid vid universitet eller högskola i Göteborg innan du påbörjade din nuvarande utbildning?**

Mark only one oval.

- Ja  
 Nej

**8. Om ja, hur många terminer?**

Vänligen svara i siffror!

.....

**9. Vilken utbildning är du registrerad på nu?**

Mark only one oval.

- Apotekarprogrammet  
 Fysioterapeutprogrammet  
 Logopedprogrammet  
 Läkarprogrammet  
 Inget av ovanstående      *Stop filling out this form.*

**Om den svarandes utbildning**

Frågorna rör den utbildning du för närvarande är registrerad på, om inget annat anges.

**10. Studerar du på heltid för närvarande?**

Mark only one oval.

- Ja  
 Nej

**11. Vilken termin går du för närvarande?**

Mark only one oval.

- 1  
 2  
 3  
 4  
 5  
 6  
 7  
 8  
 9  
 10  
 11

**12. Har du tagit studieuppehåll under din studietid?***Mark only one oval.*

- Ja  
 Nej

**13. Om ja, vad var den primära anledningen?***Mark only one oval.*

- Kunde inte påbörja påföljande termin på grund av spärrkurser  
 Föräldraledighet  
 Sjukskrivning  
 Frivilligt uppehåll för nöje eller arbete  
 Arbete på grund av svår ekonomisk situation  
 Annat

**14. Har du gjort blivit underkänd på några examinerande moment under din utbildning?***Mark only one oval.*

- Ja, mer än en gång  
 Ja, en gång  
 Nej

**15. Om ja, när?**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Termin 1  
 Termin 2  
 Termin 3  
 Termin 4  
 Termin 5  
 Termin 6  
 Termin 7  
 Termin 8  
 Termin 9  
 Termin 10  
 Termin 11  
 Vet inte

**Om den svarandes boendesituation**

**16. Vad beskriver bäst din aktuella boendesituation?***Mark only one oval.*

- Bostadsrätt eller villa som jag själv äger, helt eller delvis
- Bostadsrätt eller villa som jag hyr
- Hyresrätt med förstahandskontrakt
- Hyresrätt med andrahandskontrakt/tredjehandskontrakt
- Korridorsrum med förstahandskontrakt
- Korridorsrum med andrahandskontrakt/tredjehandskontrakt
- Bor hos föräldrar eller motsvarande
- Inneboende hos släkting, vän eller tidigare bekant
- Inneboende hos någon jag ej känner sedan tidigare
- Jag har inget boende
- Annat

**17. Är ditt nuvarande boende tidsbegränsat, det vill säga har du ett datum då du måste flytta oavsett om du vill det eller inte?***Mark only one oval.*

- Ja
- Nej
- Jag vet inte

**18. Är ditt nuvarande boende ett studentboende, det vill säga är det ett krav att vara registrerad vid en högskola eller universitet för att bo där?***Mark only one oval.*

- Ja
- Nej
- Jag vet inte

**19. Trivs du med ditt nuvarande boende?***Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Nej, inte alls	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ja, absolut

**20. Om du svarade 1-2, vad är det du inte trivs med?**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Läget
- Hyran
- Kontraktsformen
- Inte hemtrevligt
- Storleken
- Annat

**21. Möjlighet att kommentera ditt svar på ovanstående fråga:**

Valfritt.

.....

.....

.....

.....

.....

**22. Har du haft flera boenden under din studietid?***Mark only one oval.*

- Ja
- Nej     *Skip to question 28.*

**Om den svarandes boendesituation****23. Hur många gånger har du flyttat?**

Vänligen svara i siffror!

.....

**24. Under vilken eller vilka terminer vid din utbildning flyttade du?**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Termin 1
- Termin 2
- Termin 3
- Termin 4
- Termin 5
- Termin 6
- Termin 7
- Termin 8
- Termin 9
- Termin 10
- Termin 11
- Mellan terminer eller under studieuppehåll

**25. Vilken/vilka typer av boendeformer har du tidigare haft?**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Bostadsrätt eller villa som jag själv ägde, helt eller delvis
- Bostadsrätt eller villa som jag hyrde
- Hyresrätt med förstahandskontrakt
- Hyresrätt med andrahandskontrakt/tredjehandskontrakt
- Korridorsrum med förstahandskontrakt
- Korridorsrum med andrahandskontrakt/tredjehandskontrakt
- Bodde hos föräldrar eller motsvarande
- Inneboende hos släkting, vän eller tidigare bekant
- Inneboende hos någon jag ej kände sedan tidigare
- Jag hade inget boende
- Annat

**26. Vad har varit den primära anledningen till flytten/flyttarna?**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Kontraktstiden löpte ut
- Jag blev vräkt
- Jag vantrivdes i det dåvarande boendet
- Jag blev erbjuden ett boende jag hellre ville ha
- Annat



**27. Möjlighet att kommentera ditt svar på ovanstående fråga:**

Valfritt.

---

---

---

---

---

---

**Om den svarandes hälsa innan studietiden****28. När du tänker tillbaka på din fysiska hälsa innan du påbörjade dina aktuella studier, hur skulle du beskriva den?***Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Mycket dålig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket god

**29. När du tänker tillbaka på din psykiska hälsa innan du påbörjade dina aktuella studier, hur skulle du beskriva den?***Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Mycket dålig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket god

**Om den svarandes hälsa under studietiden****30. När du tänker tillbaka på din fysiska hälsa från det att du påbörjade dina aktuella studier och fram till idag, hur skulle du beskriva den?***Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Mycket dålig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket god

**31. När du tänker tillbaka på din psykiska hälsa från det att du påbörjade dina aktuella studier och fram till idag, hur skulle du beskriva den?***Mark only one oval.*

	1	2	3	4	5	
Mycket dålig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket god

**32. Har du, tidigare under din studietid, känt dig stressad i din vardag?**

Med "stress" avses i det här fallet en känsla av stress som inte är snabbt övergående, utan ihållande.

*Mark only one oval.*

- Ja, ofta
- Ja, ibland
- Nej

**33. Känner du dig stressad i din vardag för närvarande?**

Med "stress" avses i det här fallet en känsla av stress som inte är snabbt övergående, utan ihållande.

*Mark only one oval.*

- Ja, ofta
- Ja, ibland
- Nej

**34. Om du upplever eller har upplevt stress under din tid vid universitetet, kan du härleda detta till:**

Med "stress" avses i det här fallet en känsla av stress som inte är snabbt övergående, utan ihållande. Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Någon specifik livshändelse?
- Din boendesituation?
- Din familjesituation?
- Din ekonomiska situation?
- Din hälsa?
- Arbetsmiljön på universitetet? (Psykologisk såväl som fysisk)
- Andra faktorer?
- Jag vet inte

**35. Vad tror du orsakade det ovan nämnda?**

Valfritt.

.....

.....

.....

.....

.....

**Om den svarandes tankar rörande faktorer som påverkar hälsa och studieresultat**

**36. Har du erfårit någon form av försämring i din hälsa under din studietid?***Mark only one oval.*

- Ja
- Nej
- Jag vet inte

**37. Om ja, vilken form av försämring?**

Valfritt.

.....

.....

.....

.....

.....

**38. Om ja, kan du härleda detta till:**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Någon specifik livshändelse?
- Din boendesituation?
- Din familjesituation?
- Din ekonomiska situation?
- Din hälsa vid studietidens start?
- Arbetsmiljön på universitetet? (Psykologisk såväl som fysisk)
- Andra faktorer
- Jag vet inte

**39. Möjlighet att kommentera ovanstående frågor:**

Valfritt.

.....

.....

.....

.....

.....

**40. Om du har blivit underkänd på några examinerande moment under din studietid, kan du härleda detta till:**

Flera alternativ kan väljas.

*Tick all that apply.*

- Någon specifik livshändelse?
- Din boendesituation?
- Din familjesituation?
- Din ekonomiska situation?
- Din hälsa?
- Arbetsmiljön på universitetet? (Psykologisk såväl som fysisk)
- Andra faktorer
- Jag vet inte
- Jag har inte blivit underkänd på några examinerande moment

**41. Möjlighet att kommentera ditt svar på ovanstående fråga:**

Valfritt.

.....

.....

.....

.....

.....

**42. Tror du att boendesituationen generellt sett är en viktig faktor för studenters hälsa och studieresultat?**

*Mark only one oval.*

- Ja
- Nej

**43. Varför/Varför inte?**

.....

.....

.....

.....

.....

## Appendix B

### Demographics: Education

	n	%
<b>Previous full time studies at a university in Gothenburg</b>		
Yes	154	36
No	280	64
<b>Current full time studies</b>		
Yes	424	97
No	11	3
<b>University program</b>		
Apotekarprogrammet	56	13
Fysioterapeutprogrammet	19	7
Logopedprogrammet	17	10
Läkarprogrammet	146	70
<b>Has taken a study break during thier current studies</b>		
Yes	84	19
No	351	81
<b>Has failed any examinations during thier current studies</b>		
Yes, more than once	140	32
Yes, once	71	16
No	224	51

## Appendix C

### Comparison based on health decline

	Experienced health decline		No experienced health decline		p-value
	n	%	n	%	
<b>Domicile before enrolling at university</b>					
Gothenburg	50	27	69	38	
Götaland. Less than one hour's travel from Gothenburg	36	19	32	17	
Götaland. More than one hour's travel from Gothenburg	54	28	51	28	
Svealand	15	8	19	10	
Norrland	29	15	4	2	
Other country	7	4	9	5	
<b>Family situation</b>					
Married or co-habitant, with children	17	9	12	7	
Married or co-habitant, without children	63	33	49	27	
Single or live-apart, without children	111	58	121	66	
<b>Has failed any examinations during thier current studies</b>					
Yes, more than once	75	39	46	24	
Yes, once	37	19	27	14	
No	80	41	115	61	<0.001*
<b>Self-rated physical health since enrolling at university</b>					
1	6	3	0	0	
2	29	15	2	1	
3	68	35	31	17	
4	61	32	83	44	
5	28	15	71	38	<0.001*
<b>Self-rated psychological health since enrolling at university</b>					
1	13	7	0	0	
2	40	21	7	4	
3	71	37	32	17	
4	56	29	97	52	
5	12	6	51	27	<0.001*
<b>Has previously, during their time at the university, experienced stress in thier daily life</b>					
Yes, often	114	59	53	28	
Yes, sometimes	68	35	104	16	
No	10	5	31	16	<0.001*
<b>Is currently experiencing stress in thier daily life</b>					
Yes, often	97	51	36	19	
Yes, sometimes	73	38	89	47	
No	22	11	64	34	<0.001*
<b>Current or previous unstable housing situation</b>					
Yes	136	71	111	59	
No	56	29	77	41	0.02*

Comparison of housing situation, academic results and stress levels between respondents who reported a health decline and those who denied health decline since enrolling at university. Health was rated 1-5 where 1 is very poor and 5 is very good.

## Appendix D

### Comparison, based on academic results

Failed an examination more than once      Never or only once failed an examination

	n	%	n	%	p-value
<b>Domicile before enrolling at university</b>					
Gothenburg	41	29	98	34	
Götaland. Less than one hour's travel from Gothenburg	29	21	52	18	
Götaland. More than one hour's travel from Gothenburg	32	23	85	29	
Svealand	23	17	32	11	
Norrland	7	5	14	5	
Other country	7	5	10	3	
<b>Family situation</b>					
Married or co-habitant, with children	13	9	19	7	
Married or co-habitant, without children	39	28	90	31	
Single or live-apart, without children	86	62	181	62	
<b>Self-rated physical health since enrolling at university</b>					
1	5	4	1	<1	
2	22	16	14	5	
3	42	30	73	25	
4	51	36	119	41	
5	21	15	86	29	<0.001*
<b>Self-rated psychological health since enrolling at university</b>					
1	9	6	4	1	
2	29	21	24	8	
3	44	31	80	27	
4	43	30	131	45	
5	16	11	54	18	<0.001*
<b>Has experienced health decline since enrolling at university</b>					
Yes	75	54	117	40	
No	46	33	142	48	
Don't know	19	14	35	12	<0.001*
<b>Has previously, during their time at the university, experienced stress in their daily life</b>					
Yes, often	83	59	109	37	
Yes, sometimes	50	36	150	51	
No	7	5	36	12	<0.001*
<b>Is currently experiencing stress in their daily life</b>					
Yes, often	70	50	82	28	
Yes, sometimes	45	32	145	49	
No	25	18	68	23	<0.001*
<b>Current or previous unstable housing situation</b>					
Yes	101	72	210	71	
No	39	28	86	29	0.91

Comparison of health decline, housing situation and stress levels between respondents who reported having failed an exam more than once, and those who claimed to have failed only one exam, or none. Health was rated 1-5 where 1 is very poor and 5 is very good.

## Appendix E

### Free-text answers on why the respondents think that the housing situation does or does not affect students' health, stress levels and academic results

"Situationen"? Ett OK boende är viktigt men det upplever jag att de allra flesta av mina klasskamrater har, och det är väldigt lätt att få som läkarstudent. Nästan pinsamt lätt, när man vet hur svårt det kan vara för andra som "står lägre i kurs", ex. de många nyanlända detta år. Som läkarstudent glider man på en smord räkmacka genom samhället. Att kunna hantera stress, att äta bra, ta sig tid att motionera och sova tillräckligt är nog viktigare brister att åtgärda för att höja studenters hälsa och prestation, men jag förstår att det är lättare sagt än gjort.

Andra faktorer påverkar mer men självklart är det viktigt att ha tak över huvudet

Antar att det är ett stort orosmoment när det inte fungerar bra.

Arbetsro

Att bo där man trivs och känner sig trygg känns som ett måste för att lyckas bra i studierna. Lycka till med examensarbetet! :)

Att fortfarande bo hemma i sin födelsestad innebär att man har nära till sin umgängeskrets, vilket i sin tur innebär att under fritid ligger inte allt fokus på att studera utan man gör annat. Detta påverkar studieresultaten, iallafall för mig.

Att ha en otrygg boendesituation tex tidsbegränsade andrahandskontrakt bör vara lika stressande som ekonomiska svårigheter eller liknande. Kronisk stress och oro försämrar väl minne och prestationsförmåga och påverkar fysisk hälsa som exv något sänkt immunförsvar. Känns självklart att det påverkar negativt.

Att ha ett stabilt, bra boende leder till att man har en stabil fast punkt i livet. Kan vara mycket viktigt att inte behöva oroa sig över att bli utan boende under tiden man försöker ta sig igenom en utbildning.

Att ha ett tryggt boende med rimlig hyra skapar ett lugn kring ens levnadsituation, och ger möjlighet att fokusera mer på sina studier.

Att ha ett tryggt ställe att komma hem till för att plugga, sova och vara existera påverkar självfallet ens förmåga att prestera i skolan.

Att ha någonstans där man kan dra sig tillbaka och slappna av och som är en fast punkt tror jag är viktigt för många. Att oroa sig över var man ska bo när kontraktet går ut är en stressfaktor som kan gå ut över studieresultat.

Att ha trygghet i sitt boende är nog en viktig del i en persons grundtrygghet. Att hela tiden känna stressen att leta nytt boende är knappast nyttigt.

Att inte ha ett tryggt boende borde skapa en ständig oro.

Att leta nytt boende och flytta tar mycket tid och är stressigt. Osäkerheten inför framtiden orsakar också mycket oro.



Att må bra i sin trygga zon (hemma) lär vara en förutsättning för att må bra ute i vardagen! :)

Att oroa sig för bostadsfrågan är ytterligare ett stressmoment att hantera och något som tar mycket kraft och energi när man förväntas prestera för att behålla sin plats (och "värdighet")

Att sakna boende eller att inte trivas skapar en väldigt överhängande oroskänsla som inte går att bli av med. Jag har haft tur med att ha haft två första handskontrakt och har aldrig behövt känna den.

Att slippa oroa sig för om man fortfarande har en bostad om en vecka/månad/nästa termin är väldigt skönt. Blir jobbigt att leta ny bostad och flytta runt.

Att trivas i sitt hem och veta att man har något att komma hem till är en viktig trygghetsfaktor som spelar stor roll i så mycket i livet. Trivs man inte är det självklart att det märks i andra situationer i livet - såsom studierna.

Att trivas och känna sig trygg hemma är nog för de flesta en stor faktor som påverkar grundkänslan i livet. Skönt att inte ha ytterligare en sak att vara stressad över. Det är trots allt väldigt jobbigt och tidskrävande att söka boende och flytta.

Avgör ens möjligheter till att må bra och trivas.

Behov av säkerhet och trygghet är en av de mest grundläggande behoven enligt Maslow.

Behöver en trygg o bra boende för att kunna koppla av och vila.

Behöver en trygghet, lugn och ro, nånstans att plugga

Boende ger trygghet och säkerhetskänsla. Bristfälligt boende ökar stressmoment.

Boende är en trygghet och ger stabilitet för att klara av vardagen. Maslows behovstrappa!

Boendesituationen kan vara ett orosmoment eller en trygghet vilket jag tror spelar roll för hälsan och resultaten i skolan.

Boendesituationen påverkar hela livet, trivs du inte hemma är det svårt att prestera

Boendesituationen är viktig för att vardagen ska funka.

Boendet ger trygghet. Annars oroar man sig hela tiden för att bli utan bostad. Har man inte förstahandskontrakt är det alltid stressigt, man betalar för mycket i hyra, känns inte som ett hem o.s.v.

Boendet påverkar trygghet, ett osäkert boende stjälar tid och energi från studier.

Boendet är en trygg plats att komma tillbaka till och få vila. Självklart påverkar det hälsan om boendesituationen är en stressfaktor där man inte känner sig trygg av olika anledningar (har svårt att betala hyra, otryggt område, kontrakt som löper ut, etc.) Hälsan måste inte alltid vara på topp för att man ska få goda studieresultat, men det kan underlätta.

Boendet är för många den allra viktigaste studiemiljön. Dåliga studieresultat kan med stor sannolikhet leda till psykisk ohälsa.

boendet är nåt som oroar alla studenter, specifik de ny blivande studenter, vilket kan påverka deras pluggmiljö och särskild i första terminerna.

Bor man bra så mår man bra och presterar bättre generellt

Bra med stabilt boendeförhållande, som man är nöjd med. Dock är inte alla lika påverkade av sin situation, men det är nog som sagt ingen nackdel att ha bra boende, vad man nu lägger i den aspekten.

både jag och några av mina vänner som haft bekymmer att finna en långsiktig trygg bostad har mått väldigt dåligt över detta och det går ut över både socialt liv, vårt psykiska mående och våra studier.

Dels kan det vara en känsla av otrygghet att inte vara säker på hur länge man får bo kvar och dels bor man i allmänhet på en väldigt liten yta vilket jag tycker kan vara påfrestande.

Delvis. Det beror på hur långt man har att pendla och vad man har för krav och ansvar i övrigt tror jag. Eller om man har andrahandskontrakt och liknande, att det blir en stress att inte veta hur länge man har boende och vart man ska sen.

Den kan ha betydelse men inte en avgörande sådan.

Det blir svårare att koncentrera sig på studier om man behöver lägga massa tid och energi på att leta boende och inte ha en fast punkt.

Det för med sig stabilitet i ens liv där man lättare kan lägga tid på utbildningen.

Det ger en trygghet och någonstans där man kan få vara sig själv och slappna av. Det är stället där man laddar om sina batterier och det kräver goda förutsättningar. Man måste trivas hyfsat bra och känna sig bekväm för att kunna må bra i sig själv.

Det ger trygghet och stabilitet

Det kan vara en stressfaktor att inte ha ett permanent boende och hela tiden behöva tänka på att man snart måste skaffa ett nytt. Det ger en mycket godare känsla att kunna känna att man har ett "hem" att gå till där man kan slappna av, plugga i lugn och ro, osv.

Det kan åtminstone vara en negativ stressor om boendesituationen är bristfällig.

Det påverkar psykisk och fysisk hälsa, det kan vara mycket stressande både med ekonomi och om man inte har ett boende man är nöjd med.

Det ska kännas tryggt

Det skall vara en plats där man kan varva ner, vara för sig själv, kunna sova gott. Det är jätteviktigt tror jag. Och gärna en plats som inte ligger alltför lång pendlingstid från universitetet.

Det skapar trygghet och kontinuitet att ha en boendesituation man trivs med. Den utgör grunden för såväl ens privatliv som studieliv.

Det är en glidande skala. Om det är riktigt illa och man måste resa mer än 45 min till universitetet varje dag, om ens hyresvärd är avskyvärd eller man saknar många viktiga saker, såsom kylskåp och spis. I sådana fall är det klart man kan må väldigt dåligt.

Det är en grundläggande trygghet. Om man har problem med sitt boende tar det upp mycket av ens tid och energi. Det inverkar rimligtvis negativt på studieresultaten.

Det är en oerhörd stress att inte ha ett ordnat hem.

Det är en ytterligare stressfaktor förstås. Långa bostadsköer, ockerhyror m.m. Mina föräldrar bor inte här, vilket gör att jag inte kan flytta hem till dem om jag blir utan bostad. Oavsett om man har det, så tror jag inte det är något någon vill göra ändå. Har haft andrahandskontrakt sedan jag flyttade till Göteborg 2006, aldrig förstahandskontrakt. Efter 8 år på Boplats börjar jag nu ha en rimlig chans att få en fast bostad.

Det är ett stort orosmoment att bo i andra hand/tillfälliga lösningar gång på gång. Att inte veta om det är under en begränsad period eller inte.

Det är fruktansvärt stressigt att inte ha ett boende som man känner sig trygg och lugn i när man pluggar. Man behöver lägga energi på annat än att hitta boende.

Det är nog med stress på utbildningen så det blir för mycket med stress även över bostad. Hemmet ska vara en trygghet

Det är omöjligt att få studiero och fokus om man inte har säkert tak över huvudet.

Det är tryggt att veta att en kan bo där en bor och att en trivs när en kommer hem och kan vara ledig.

Det är viktigt att bo på ett ställe där man trivs, känner sig hemma i och framför där man kan slappna av i.

Det är viktigt att ha en fast och trygg punkt

Det är viktigt att ha en trygg boendesituation. Jag tror det lätt blir en stressfaktor om man tex måste leta nya andrahandskontrakt

Det är viktigt att ha ett boende där man kan känna sig hemma. Har man inte det blir det mycket stressande att behöva tänka på det utöver studierna.

Det är viktigt att komma hem till en plats där man kan varva ner. Ett tryggt boende där man slipper flytta ofta underlättar mycket.

Det är viktigt att känna trygghet i boendesituationen för att kunna prestera i studierna.

Det är viktigt att känna trygghet i boendesituationen för att kunna prestera i studierna.

Det är viktigt att leva i en miljö där man känner sig tryck och avslappnad, exempelvis för att kunna sova bra.

Det är viktigt att man trivs i sitt hem, ett ställe där man kan slappna av

Det är viktigt med att känna sig säker i sitt boende med mera för att kunna lugnt och tryggt kunna fokusera på sina studier

Det är viktigt med fysisk, psykisk och socialt trivsamt miljö för studier och hälsa

Det är väldigt viktigt att ha ett hem att komma hem till efter en dag i skolan. Ett hem där man kan slappna av, känna sig trygg och återhämta sig. Har man inte detta så tror jag att det kommer gå ut över andra områden i livet också!

Dålig/ingen bostad är självklart ett störande och stressande moment vid studier

Därför att bor man inte bra så kan man inte fokusera på sina studier ordentligt

Efter att jag bott på min kusins soffa i vardagsrummet i 2 månader tillsammans med en annan inneboende bad jag mina föräldrar om hjälp att köpa en lägenhet då jag tvivlade på min förmåga att annars klara av mina studier och då jag inte hittat boende trots att jag letat ihärdigt. Man behöver en trygg plats att komma hem till så att man kan fokusera sin energi på rätt saker (skolan)

Eftersom den kan avgöra mycket hur man mår och även lite hur motiverad man kan vara.

eftersom man pluggar mest hemma, man behöver en bra boende för att plugga bättre

En bra och säker bostad ger en extremt bra förutsättning för en stabil punkt i vardagen och en trygghet.

En dålig boendesituation kan vara väldigt påfrestande och ta mycket fokus från studier. Jag tror det är viktigt med ett boende som man verkligen känner är hemma och kan landa där i slutet av dagen.

En mindre sak att tänka på

En minste sak att tänka på, samt att hemmet för mig utgör en viktig del i återhämtning och avkoppling

En stabil boendesituation är, i alla fall för mig, en av grundpelarna för trygghet. Ökad trygghet ger mindre oro och ökat fokus på studier.

En trygg och lämplig plats där studier kan bedrivas, både själv och med andra, är väldigt viktig i min mening för att lyckas och få bra resultat inom akademien.

Ett bra boende innebär trygghet och möjlighet att studera hemma.

Ett bra och tryggt hem underlättar studierna. Dock gör korttidskontrakt orolig och stressad, eftersom att man måste hela tiden leta efter någonting nytt. Det är svårt att hitta en bostad i Göteborg.

Ett fullgott boende är (spekulativt) troligen en skyddande faktor mot ytterligare stress.

Ett permanent boende eliminerar en stressfaktor för många studenter och skapar en trygghet.

ett stabilt boende är en förutsättning för att man inte ska känna oro i vardagen. har du ett boende är det ett orosmoment som man slipper tänka på, och kan istället lägga tid på annat. Jag tror dock inte att det nödvändigtvis är den allra viktigaste faktorn för hälsa och resultat.

Exempelvis om man ej kan få lugn, bråk på nätterna som leder till sömnbrist och därmed koncentrationssvårigheter i skolan. Boendesituationen spelar stor roll, trygghet, stabil grund och möjliggör chanser att kunna studera bättre.

Extremt stressigt när det strular med boende

Frågorna i enkäten blir rätt konstiga att fylla i om man har studerat tidigare och sedan bytt till Sahlgrenska.

För att boendesituationen påverkar hur man mår. Har man inget boende eller inte trivs där man bor påverkar det ens mående negativt och ger ett ökat stresspåslag och en oro, som tar energi från studierna och kan påverka studieresultaten negativt.

För att det är grunden för trygghet. Tror att man om man oroar sig över boendesituationen förlorar fokus på studierna. Kan också höja stressnivån.

För att det är stressande och energikrävande att inte ha det boende man önskar och att behöva oroa sig över sitt boende tar fokus ifrån studierna.

För att det är så basalt.

För att det är viktigt att känna sig trygg och sova bra för att orka studera

För att där man spenderar mest tid av dagen. Där man vilar o pluggar.

För att ens boende och rätt att bo kvar, och även bidrag från CSN hänger på att man klarar av en viss del av kurserna.

För att har man inte ett bra boende är det en stressfaktor. Hemmet ska vara en trygg och lugn plats där man ska kunna vara ifred och vila, om man vill, vara lite va en fristad.

För att jag tror att det är viktigt att ha en plats där man trivs och kan slappna av för att ladda batterierna!

För att kunna koncentrera sig på sina studier utan någon stress om boende.

För att kunna känna sig hemma och trygg. Jag valde att jobba och spara ihop pengar innan jag började plugga för att kunna köpa en lägenhet och inte hamna i en situation utan boende.

För att kunna släppa skola och annat när man kommer hem så behöver man trivas i sitt hem.

För att man utan ett stabilt boende kommer oroa sig för det vilket ger wen onödig psykologiskstress, som gör det svårt att fokusera på studierna.

för att tryggheten i hemmet är viktig

För det är en stor trygghet hatt veta att man kan komma hem och veta att man är trygg och kan slappna av...

För en trygg boendesituation korrelerar givetvis med god hälsa och minskad stress.

För i fall boendet inte passar så bra med studierna så kan man gå plugga i biblioteket istället!

För mig hade pendling försämrat studieresultat. 20min på cykel känns opimalt :-)

För mig påverkar boendet till stor del min förmåga att koncentrera mig när jag pluggar hemma.

För mig skapar det stabilitet, rytm o trygghet som generellt är viktiga faktorer för att jag ska må bra.

För trygghet, minskad stress, möjlighet till fritid etc

Generellt inte. Tr

Ger ett lugn

Grundläggande stress att inte veta vart man ska bo om en månad. Svårt att planera livet.

Grundtrygghet

Hade jag själv inte haft en stabil boendesituation hade det skapat en stor otrygghet för mig. Jag hade inte mått bra av det.

Hade under de två år innan utbildning började bott inneboende hos främlingar, vänner och familj för att jag inte då kunde få tag i en bostad, vilket var mycket negativt för mitt psykiska välmående. Flyttade tillbaka till Göteborg från Storbritannien och att inte självständigt disponera och kontrollera sin boendesituation var väldigt påfrestande

Har ha någonstans att bo är ett av basbehoven för att känna trygghet. I de perioder jag har flyttat mycket har jag känt mig mer stressad.

Har man ett boende där man bara får bo en begränsad tid kanske man går runt och tänker mycket på detta och oroar sig för var man ska kunna bo härnäst. Det kan i sin tur (ev) påverka hälsa/studier. Men jag tror också att det varierar en del från person till person, olika människor blir olika lätt stressade och påverkade.

Har man ett bra boende ger det en viss form av trygghet. Har man ett osäkert boende kan det ge upphov till stress.

Hemmet e grunden för vardagen och hela ens liv. Viktigt att känna sig trygg med boendet och att pengarna räcker.

Hemmet ska vara en trygg och lugn plats. Att inte ha en bra boendesituation innebär en enorm stress.

Hemmet är ens bas! Utan ett fast boende som man trivs i påverkas hälsan och således studieresultat!

Hemmet är nyckeln till ett gott liv

hur du bor påverkar om och hur du kommer att plugga, om man bor bra o är nöjd så kan man sätta energin på plugget

Inte generellt sett, men det kan nog vara en viktig faktor för de studenter med väldigt osäkra eller dåliga boendeförhållanden.

Ja, att känna ovisshet inför hur länge man kan bo på ett ställe om man inte har ett förstahandskontrakt eller har en bostadsrätt är väldigt stressande. Och att behöva flytta runt en massa p.g.a det. Att aldrig riktigt kunna slappna av i att ha en trygg bas.

Ja, det är viktigt att ha en stabil boendesituation för att orka studera och vila.

Jag tror att boendet påverkar av ekonomiska samt sociala skäl. Går man från en stor familj till att plötsligt leva ensam kan det få stora konsekvenser på psyket tills man anpassar sig. Även hälsan kan påverkas, man kanske inte lagar ordentlig mat osv.

Jag tror att boendet är viktigt för att skapa trygghet i vardagen. Att tvingas flytta eller bo på en plats där jag ej trivs skulle nog försvåra mina studier.

Jag tror att de flesta är anpassningsbara och således har ens boendesituation ej större inverkan på ens skolresultat. Däremot är det en viktig faktor likställd god studiemiljö, social miljö samt fritidsmiljö som skapar förutsättningar för goda studier.

Jag tror att det blir svårare att få tid till att göra roliga saker om man bor långt bort och mycket tid går åt på att ta sig till och från skolan, vilket påverkar ens psykiska hälsa. I mitt fall måste jag också upp tidigt, och det blir också jobbigt om man inte har disciplin och lägger sig i tid.

Jag tror att det är mycket viktigt för den psykiska hälsan, men kanske inte så viktigt för det faktiska studieresultatet.

Jag tror att en osäker boendesituation i form av ex. andrahandskontrakt eller boende i korridor där det stundtals kan vara svårt att få studiero kan leda till att ökad press/stress, som kan ta sig uttryck i både det psykiska välmåendet samt i hur väl eleven presterar i skolan.

Jag tror att jag skulle må bättre (fysiskt & psykiskt) om jag bodde i en lägenhet jag skulle trivas i

Jag tror att man påverkas mer än man tror, det viktigaste är nog att ha ett boende och veta att man får stanna där ett tag. Jag upplever flyttar som jobbiga och krävande både vad gäller tid och energi.

Ju färre ting som pockar på och kräver ens omedelbara uppmärksamhet desto mer fokuserad kan man vara på de ting som gör det. Skolan är ett sådant ting, liksom boende och sociala förhållanden. Är något stabilt kräver det oftast mindre uppmärksamhet.

Kan tänka mig att det är en konstant stress att inte veta vart man ska bo, eller flytta ex när kontraktet går ut. Att ha en plats att känna sig hemma på tror jag är viktigt.

Konstaterat påverkar livet. Ont om utrymme försvårar studier. Restid osv

Kontrollförlust, lök på laxen

Lugn studiemiljö och möjlighet att slappna av hemma. Jag tror att det är svårt att fokusera på studierna om man är orolig för att man måste flytta snart eller dyl.

Läge kan påverka tid till studier. Buller kan påverka studiekvalitet samt sömn.

Lättare att fokusera på studier.

Man behöver en trygg bostadssituation för att kunna fokusera på studierna

Man behöver ha ett boende där man trivs och inte behöver oroa sig för exempelvis avtal (andrahands/kort uppsägningstid/tidsbegränsat) för att kunna koncentrera sig på annat.

Man får ingen pluggro eller motivation när det är så mycket omkring en och något så grundläggande som boende inte klaffar.

Man får ligga som man bäddar. Det finns boende om man bara söker på rätt ställen, är seriös och inte förväntar att andra ska ordna det åt en.

Man kan studera i en lugn och ro miljö

Man mår väl oftast som man brukar göra.

Man måste bo bra för att må bra tror jag. Viktigt att ha egentid och inte bli störd av andra om man bor inneboende tollexempel.

Man måste kunna ha en trygg fast punkt i sitt liv, att veta var man ska sova och ha en plats för sig själv för att kunna prestera. Det är en hög stress att inte veta om man kommer att ha en bostad i framtiden.

Man måste kunna plugga och man måste kunna sova ordentligt

Man måste trivas för att kunna ta det lugnt

Maslows behovstrappa... Vet du inte var du kan bo (känna dig trygg osv) borde det vara självklart att man mår sämre än om man t ex har ett tryggt boende.

Med en trygg boendesituation har man mer tid att lägga på sina studier, man behöver inte leta annat boende/flytta/fundera över situationen. Dessutom är det en trygghet att bo med sina egna saker som man trivs med.

Mer fokus på att oroa sig för/ leta bostad = mindre energi att lägga på studierna

Mest om den inte uppfyller grundläggande krav och är en lugn miljö etc

Mindre resor ger mer tid

Må bra hemma- prestera bättre.

Måste vara stressigt och tröttsamt att behöva flytta hela tiden. Studentboenden är dessutom ofta väldigt dyra vilket kanske leder till att studenter behöver jobba utöver sina studier och därför får mindre tid till plugg samt ekonomisk stress.

Någonstans måste man ju bo.

Något som hindrar från att kunna fokusera i skolan

När man påbörjar studie i ett nytt stad, speciellt i ett stort stad som Göteborg. Så blir man mycket stressad eftersom det är svårt att hitta boende. Man blir tvungen av att bo som inneboende. Det gjorde jag men jag trivdes inte med folk där och det därför jag flyttade tre gånger innan jag fick mitt studentbostad. pga det så kunde jag inte fokusera på studie och det därför så ligger jag mycket efter just nu.

När studierna är krävande underlättar det om en har en säker boendesituation och därmed kan fokusera mer.

Olika boendesituationer medför olika krav på studenten

Om boendesituationen är otrygg är det svårt att koncentrera sig på annat.

Om hemmet inte är en plats där man kan vila och känna sig hemma, eller om man inte vet hur länge man kommer kunna bo just där, kan det nog orsaka mycket stress och bli svårare att ha energi till och kunna fokusera på studierna.

Om man behöver tänka mycket på sitt boende, ekonomiskt eller att man behöver flytta eller så tänker jag att det tar mycket energi och fokus från allt annat.



Om man får lägga mycket tid på att flytta kan det påverka studieresultatet och är man en orolig person som bekymrar sig mycket tror jag osäkerhet kring boende kan påverka.

Om man har bra kompisar och bra bostad löser sig det mesta!

Om man har många korttidskontrakt och ständigt måste söka boende, eller har svårt att hitta boende initialt kan det säkert påverka studieresultat, men övrig boendesituation har nog ingen direkt påverkan.

Om man inte har en trygg boendesituation tror jag att det leder till ytterligare press utöver skolan och det kan bli svårare att fokusera, något som kan leda till sämre studieresultat och sämre hälsa

Om man inte har ett tryggt boende har man en osäkerhetsfaktor som blir ytterligare ett stressmoment i sin vardag.

Om man inte mår bra i sitt hem tror jag detta påverkar en så mycket att det går ut över skolan.

Om man inte trivs med sitt boende eller måste flytta omkring mycket så blir man mer stressad och mår sämre.

Om man konstant oroar sig över att hitta någonstans att bo är det inte konstigt om studieresultat och hälsa försämras. Eller om man bor på ett ställe med störande miljö (högljudda grannar eller liknande) kan det vara svårt att göra skolarbete

om man stressar över var man bor är det svårt att koncentrera sig på att lära sig.

Om man är trygg hemma för man med sig det i skolan. Man kan lägga energin på det man verkligen behöver och det kan vara en plats att varva ner, trivas på och det är nog en stor källa till vår lycka -att trivas med vår boendesituation.

Osäkerhet och otrygghet med avseende på kontrakt måste ge ökad stress, liksom om en har inneboende och i så fall hur den eller de är. Någon som är påfrestande ger väl antagligen ökad stress. Också om hyran är så pass hög att det är ett stressmoment måste det också bidra till stress.

osäkert boende är stort stressmoment, särskilt att behöva flytta runt/söka nya boenden ofta

Otroligt stressande att hela tiden behöva oro sig över sin boende situation. Mycket energi går till att försöka säkra boende som hade kunnat läggas på studierna.

Pga det tar minst 2 timmar att pendla varje dag, och jag hinner inte ta hand om mig, återhämta mig.

Påverkan på vardagen och studiemotivationen

påverkar studiemiljön

Påverkar tryggheten och möjligheten till återhämtning och lugn.

Restid, närhet till vänner/familj

Själv bor jag hemma men det är många i klassen som inte kommer från Göteborg från början och som inte har några anhöriga/någon de kan bo hos i staden. Det låter väldigt stressande att ständigt behöva leta bostad. Om det var jag tror jag att mina studieresultat skulle påverkas

avsevärt. Vissa har behövt leta bostad precis innan tentorna, för annars har de ingenstans att bo. Det tar ju mycket kraft och energi från en och jag tror definitivt att det kan vara en stor faktor i studieprestationen och som kanske i förlängning även påverkar studenternas psykiska hälsa.

Självklart är det viktigt. Oavsett hur studierna går så kan jag i alla fall veta att jag har ett tryggt hem som är mitt eget.

Självklart. Ännu ett stressmoment. Tidskrävande att söka boende.

Sover man t.ex så orkar man ej med att plugga...

Spenderar en hel del tid på plugg hemma, måste kunna koncentrera sig. Sedan känna sig trygg så man kan slappna av, gör mycket för det psykiska.

stress att ha en osäker boendesituation

Stress över boendesituationen kan säkert påverka studieresultat negativt. Studiemiljön i boendet. Bor man långt åt helvete från skolan antar jag att man är mindre benägen att ta sig till skolan för kortare icke obligatoriska moment

Stressfaktor, speciellt om det är tidsbegränsat.

Studier kräver ens uppmärksamhet/hängivenhet. Jag tror att det kan vara både mentalt och fysiskt påfrestande att i en ny, främmande stad inte ha ett långvarigt (tillförlitligt) boende.

Säker boendesituation skapar trygghet, har man inte detta är det ytterligare ett moment att klara av

Säkerhet inför sin boendesituation. Slippa flytta runt och bo på flera ställen, leder nog lätt till stress.

Tak över huvudet är väl prio ett. Sedan plugg, så då kommer det i andra hand.

Tillräckligt med stress och krav ändå, man behöver känna sig trygg där man bor, slippa oroa sig och lägga energi på att leta boende, man pluggar dessutom bättre om man trivs.

Trivs man där man bor och vet att man säkert har en boplatz så tror jag att det ger en trygghet som också speglar av sig på hälsan och studieresultatet.

trivsel i vardagen påverkar både psykisk och fysisk hälsa

Tro det måste vara möjligt under studietiden att ha en lägenhet för att kunna fokusera på studiernas krav istället för att hitta något nytt boende.

Tror att det är oerhört stressande att behöva oroa sig för om/var man kommer hitta nästa boende. Tror att många (inkl. jag själv) lägger ner massor med tid på att leta boende, pga. oro att stå utan när nuvarande kontrakt löper ut. Tid som borde ägnas åt studier eller återhämtning.

tror de flesta löser det tillräckligt bra, och att det är annat som framför allt stressar, även om boendet säkert kan bidra

Tror man anpassar sig till det boendet man har. I enstaka fall kan det påverka negativt.

Trygghet

Trygghet

Trygghet gör mer än man tror. Tar massor med engagemang och tid.

Trygghet hemma är viktigt

Trygghet och lugn

Trygghet samt socialt stigma

Trygghet är basalt för att kunna fokusera på studier.

Trygghet är en grundläggande förutsättning för att må bra och prestera

tryggheten att veta att man inte behöver lösa det problemet, kan fokusera på andra saker istället.

Tänker att det blir lättare att fokusera på skolan om en har en trygg boendesituation (ex förstahandskontrakt på en lgh som en trivs bra ). Annars kanske mycket energi går åt till att oro sig över vart en ska bo någonstans. Många läkarstudenter upplever att skolan är stressig, tänker att det då blir extra viktigt att ha en trygg hemsituation som kan minska stressen. Kan komma på fler anledningar, men orkar inte skriva mer. Hoppas detta funkar! Lycka till med din uppsats!

Under den tid som jag skulle flytta ifrån inneboende och vår värd fick veta det var det en obehaglig stämning. Kan därför tänka mig att om man inte trivs i hemmet blir det en jobbig situation och svårare att fokusera även i skolan.

Utan en trygg boendesituation är det svårt att känna ro till att fokusera på studier

Utgör ett extra moment att tänka på

Vardagen är den viktigaste faktorn för hälsa och välmående!

vet ej

Viktigt att ha en ordentlig och trygg punkt att återkomma till för att kunna fokusera på andra faktorer i livet

Viktigt att ha en trygg plats att kunna vara ifred och koppla av.

Viktigt att ha en trygg situation i allmänhet för att kunna fokusera på studier.

Viktigt att inte behöva känna stress över boende samt boendekostnad vilket jag tror många känner idag när det är sådan bostadsbrist, detta kan absolut påverka studierna sämre..

Viktigt att kunna slappna av hemma för att kunna må och prestera bra långsiktigt.

Viktigt att trivas och må bra för att kunna prestera i skolan.

Viktigt att veta att man har en trygg plats att komma till

viktigt för mig att få egentid i egen bostad.

Viktigt för psykiskt mående. Psykiskt mående viktigt för prestationsförmåga är man bekväm hemma så kan man få extra pluggtimmar.

Är man inte trygg i sin hemmiljö blir det svårt att slappna av, och det vet ju vem som helst att man behöver kunna göra emellanåt. Dessutom kan en stökig hemmiljö påverka förmågan att koncentrera sig och fokusera, vilket ju kan göra att skolan också blir lidande - vilket ju inte direkt minskar på stressen.