



Stipendiatororganisasjonene i Norge

Psykisk helse, veilederrollen og utfordringer/konflikter stipendiater kan møte i forskerutdanningen

Ingvild Bergom Lunde

Leder Stipendiatororganisasjonene i Norge

Psykisk (u)helse blant stipendiater

nature
Explore content ▾ About the journal ▾ Publish with us ▾ Subscribe

nature > editorials > article

EDITORIAL | 13 November 2019

The mental health of PhD researchers demands urgent attention

Anxiety and depression in graduate students is worsening. The health of the next generation of researchers needs systemic change to research cultures.

Two years ago, a student responding to *Nature's* biennial PhD survey called on universities to provide a quiet room for "crying time" when the pressures caused by graduate study become

THE CONVERSATION
Academic rigour, journalistic flair

'You have to suffer for your PhD': poor mental health among doctoral researchers

Published January 17, 2022 4:12pm GMT

MARILYN BATHURST/ISTOCK

PhD students are the future of research, innovation and teaching and beyond – but this future is at risk. There are already indications from previous research that there is a mental health crisis brewing among researchers.

My colleagues and I studied the mental health of PhD researchers and discovered that, compared with working professionals, PhD students are likely to meet the criteria for clinical levels of depression and anxiety.

UA
Start Nyheter Ytring Meny

STIPENDIATERS PSYKISK HELSE

Ingrid og Gleb ble utbrent under arbeidet med avhandlingen

Stipendiatene Ingrid Marie Finnset Heiene og Gleb Sibul ble begge sykmeldt på grunn av utbrenthet. Andelen sykmeldte stipendiater ved NTNU øker.

Gleb Sibul og Ingrid Marie Finnset i hennne opplevde begge å bli sykmeldt under arbeidet med doktorgraden. – Det er en yrkesrisiko for stipendiater å bli utbrent, sier Ingrid. Foto: Mari Rønning

Mari Rønning
Journalist

Publisert Mandag 26. februar 2024 - 06:37 | Sist oppdatert Mandag 26. februar 2024 - 09:53

nature
View all journals Search Q Log

Explore content ▾ About the journal ▾ Publish with us ▾ Subscribe

Sign up for alerts 🔔 RS

nature > nature careers podcast > article

NATURE CAREERS PODCAST | 25 November 2020

The career costs of COVID-19: how postdocs and PhD students are paying the price

Closed labs and rescinded job offers have snatched away opportunities. How can science bounce back? Julie Gould finds out.

Julie Gould

Subscribe ▾

Khrono
Nyheter Debat Student Nyttomtale +

HEBET + EMELIA HOEN

Å ta doktorgrad i en pandemi gjorde at jeg møtte veggen

– Jeg håper dette innlegget kan skape debatt, og få stipendiatenes psykiske helse mer opp på dagsorden.

For stipendiat Carilla Helen, ble pandemistøtten på arbeidsplassen en viktig psykisk pådrivning. Utbrent, var hun ikke i det vanlige humør. Foto: Hanne G. Lohr

Stipendiat Carilla Helen
Institutt for Øst- og Midtlandskontroll, Øst-Mør

Publisert Lørdag 29.01.2022 07:57 | Sist oppdatert Søndag 30.01.2022 21:24

- Høyere risiko for psykisk uhelse enn andre personer med høyere utdanning (Levecque et al, 2017)
- Økning i antall stipendiater med depresjon og angst (Nature, 2019)
- Langtidseffekten av corona-pandemien?
 - Ensomhet/psykiske helseplager økte under pandemien (Stipendiatororganisasjonene i Norge, 2022)
- Unik sårbarhet for internasjonale stipendiater, spesielt i en geopolitisk global krise

There's an awful cost to getting a PhD that no one talks about



Psykisk (u)helse blant stipendiater og veilederrollen

Grunner til psykisk (u)helse:

- Forholdet mellom arbeid og familie
- Jobbkraav og jobbkontroll (arbeidsmengde)
- Veilederens lederstil
- Forskerteamets beslutningskultur
- Oppfatningen av fremtidig karriere og karriere utenfor akademia

(Levecque et al 2017)

Tilfredshet i et ph.d.-løp :

- Kvaliteten på forholdet mellom veileder og ph.d.-kandidat
- ph.d.-kandidatens følelse av tilhørighet
- graden av frihet i prosjektet
- å jobbe med et prosjekt som var nært knyttet til veilederens forskning
- «matchen» mellom ph.d.-kandidat og veileder avgjørende, både en personlig god relasjon - og faglig

(Van Rooij et al 2021)



Psykisk (u)helse blant stipendiater og veilederrollen

Grunner til psykisk (u)helse):

- Forholdet mellom arbeid og familie
- Jobbkraav og jobbkontroll (arbeidsmengde)
- Veilederens lederstil
- Forskerteamets beslutningskultur
- Oppfatningen av fremtidig karriere og karriere utenfor akademien

(Levecque et al 2017)

Tilfredshet i et ph.d.-løp :

- Kvaliteten på forholdet mellom veileder og ph.d.-kandidat
- ph.d.-kandidatens følelse av tilhørighet
- graden av frihet i prosjektet
- å jobbe med et prosjekt som var nært knyttet til veilederens forskning
- «relasjonen» mellom ph.d.-kandidat og veileder avgjørende, både en personlig god relasjon - og faglig

(Van Rooij et al 2021)

Veilederrollen er sentral for gjennomføring av doktorgrad og psykisk helse

The logo for SIN, consisting of the letters 'S', 'I', and 'N' in a bold, orange, sans-serif font. The letter 'I' has a small black square above it.

Når det butter imot; samarbeid som skranter, arbeidsmiljøet er problematisk og det er vanskelig å samarbeide med veileder

Khrono 10 år Nyheter Debatt Student Nytt om folk +

DEBATT • INGVLID BERGOM LUNDE

En postdoktors råd til nye stipendiater

Med mangelfulle systemer for konflikter, veilederbytter og intellektuell trakassering: du har min ytterste sympati.



Intellektuell trakassering foregår per i dag i en akademisk akseptert gråone, skriver kronikkforfatteren. – Det er nok det som gjør fenomenet så vanskelig å beslytte seg mot, spesielt som stipendiat, men også senere som postdoktor. Foto: Siri Øverland Erikson

Postdoktor
Ingvild Bergom Lunde
Universitetet i Oslo

Publisert Mandag 11.09.2023 - 10:49

Kjære stipendiat, du som opplever at det butter imot – når samarbeid skranter, arbeidsmiljøet er problematisk og det er vanskelig å samarbeide med din veileder:

Etter mer enn ti år i akademia – som blant annet stipendiat og postdoktor – har jeg observert og hørt nok historier til at du har min ytterste sympati: dette er

Denne teksten er et debattinnlegg. Innholdet i teksten uttrykker forfatterens egen mening.

(september 2023)

Khrono 10 år Nyheter D

DEBATT • AKADEMIET FOR YNGRE FORSKERE

Sommarens varsk

maktrelasjonar k

Arbeidet mot maktmisbruk og trakassering i Akademiet for yngre forskere (AYF) kre



– Me har ikkje råd til at folk blir skvise ut i maktkamp og trakassering, skriv kronikkforfatterane.

Leiar
Nils H. Korsvoll
Akademiet for yngre forskere

Styremedlem
Nora Elise Hesby Mathé
Akademiet for yngre forskere

Styremedlem
Mari Mykvsvoll
Akademiet for yngre forskere

Publisert Mandag 18.09.2023 - 10:04

I det jamstilte og likeverdige Noreg er det lett å tenke at maktmisbruk og portvaktar var noko me gjorde oss ferdige med på syttitalet. Det er den offisielle forteljinga, og det er for så vidt riktig at mykje har blitt gjort og at det skjer mykje godt arbeid fleire stadar i sektoren. Men fleire oppslag og kronikkar i Khrono i sommar syner at dette er eit vedvarande arbeid.

Denne teksten er et debattinnlegg. Innholdet i teksten uttrykker forfatterens egen mening.

(september 2023)

Førre veke skreiv postdoktor Ingvild Bergom Lunde **ei rekke råd** til nye stipendiatar og postdoktorar, og det er likeins ikkje lystig lesing. Etter ti år i norsk akademia teiknar ho eit bilete der stipendiatar må ta omsyn til maktspel, uformelle sanksjonar og intellektuell trakassering.

- Bruk systemet og rettighetene dine
- Prøv å forstå veilederen din
- Forstå at veilederen din sitter i en maktposisjon og hvordan veilederen handler kan påvirke din psykiske helse og karrierevei negativt
- Aksepter at systemet i seg selv ikke alltid kan beskytte deg mot intellektuell trakassering, systemet legger også til rette for dette.
- Det kan være enklere for din arbeidsgiver, kolleger og fremtidige arbeidsgivere å høre mer på din veileders side av saken enn din.
- Skap din egen uformelle heilagjeng

Varslingssaker fra stipendiater



(UiA: Oktober, 2023)



(NHH: November, 2023) (NTNU: Februar, 2024)



(UiO: Oktober, 2024)

- Kan oppleve å lære mer om hvordan institusjoner håndterer varsler enn å oppleve en løsning på det man varsler om (Ahmed, 2021)
- 2 av 3 stipendiater vet ikke hva de skal gjøre hvis de kommer i konflikt med veileder ved NTNU (Dion, 2023)
- 19% av 470 stipendiater har opplevd betydelig problemer med veiledning (UiODoc, 2024)


Mot et stipendiatliv som utfordrende OG inspirerende?

Khrono 10 år Nyheter Debat Debatt Skoleid Nytt om folk +

DEBATT • ERKA EIDSLOTT

Stipendiatlivet er ikke bare negativt

Å være stipendiat i Norge føles for meg som et privilegium. Min nysgjerrighet og skrive lyst får rom til å blomstre, og jeg har anledning til å bidra til et forskningsfelt som engasjerer meg dypt. Kan man ønske seg mer i en jobb?



Ar og til tross på om dette dyrtre navnet om å være stipendiat nettopp kommer fra konstaterer i andre land, skriver kronikkforfatteren. Foto: Privat

Ph.D.-stipendiat
Erka Eidslott
Vil uttrykke egne holdninger

Publisert Tirsdag 03.10.2023 - 10:49 Oppdatert Tirsdag 03.10.2023 - 10:53

Det å ta en doktorgrad fremtilles ofte negativt. Mange opplever tilbakeisen krevende, og det er etter mitt inntrykk disse erfaringene som synes å dominere debatten.

Er denne dominansen er ikke stien er: faktorer som påvirker

Denne teksten er et debattinnlegg. Innholdet reflekterer uttrykker forfatterens egen mening.

DEBATT • KRISTINE ERIKSEN OG MARTHA CHREVENENGER

Vitenskapsetikk og veilederrollen i forsker-utdanning

Fremtidens forskning kan ikke bare være innovativ, den må også være bærekraftig og bidra til bestandige og rettferdige løsninger. Da må vi utvikle en kultur for å diskutere brede og kontekstualiserte vitenskapsetiske spørsmål.



Hvordan skal vi fremme vitenskapsetisk kompetanse i disse kandidatene, operer kronikkforfatterne. - Ved det medisinske fakultet vil vi nå bruke vi det obligatoriske innføringskurset for nye ph.d.-kandidater til å diskutere etikk i medisinsk forskning i en bred politisk, sosial og kulturell kontekst (i tillegg til profesjon). Foto: Siri Øverland Eriksen

Professor i medisinsk etikk og vitenskapsetikk
Kristine Eriksen
Universitetet i Bergen

Professor og veileder for forskerutdanning
Martina Chrevenenger
Universitetet i Bergen

Publisert Tirsdag 10.10.2023 - 15:41

Vi har nettopp lagt bak oss årets nasjonale forskerutdanningskonferanse med tema forskningsetikk og veilederrollen. De nasjonale forskerutdanningkonferansene lanserte nettopp en veileder som institusjonenes ansvar for forskningsetikk

Denne teksten er et debattinnlegg. Innholdet reflekterer uttrykker forfatterens egen mening.

DEBATT • ADE BOE PEDERSEN

Individuelle erfaringer motvirker ikke strukturelle problemer

Er det «svartmaling» å ønske at alle stipendiater skal ha en god opplevelse?



- Vi må satse mer på individuelle opplevelser og det vil ha store konsekvenser på er empiri, skriver kronikkforfatteren. Foto: Nina Heger

Organisasjonsleder
Ade Boe Pedersen
Organisasjonsleder for forskere

Publisert Fredag 13.10.2023 - 13:54

Erka Eidslott lanserer et rimelig perspektiv i Khrono 03.10. Det er ikke bare negativt å være stipendiat. Det tror jeg mange stipendiater vil være enige i. Gitt den harde konkurransen om utlysningene, og de relativt høye kravene for å få tilslut, så tror jeg faktisk det er en kløveserierne at de fleste som blir stipendiater.

Denne teksten er et debattinnlegg. Innholdet reflekterer uttrykker forfatterens egen mening.

Khrono 10 år Nyheter Debat Debatt Skoleid Nytt om folk +

DEBATT • JÅNHELGE SOLBAKK OG SØREN HOLM

Forskingskultur på avveie: om toppforskning og publiseringsjag

Hvordan kan vi være bekjent med en forskningskultur som stilltende aksepterer intellektuell trakassering av blivende forskere, av en kultur som legger opp til overdrevne medforfatterskap og slurvete utført forskning?



Toppforskning, publiseringsrangeringer og beretninger om livet som ph.d.-stipendiat. Er det en feilsener mellom disse sakene? Ja, mener kronikkforfatterne. Bildet er fra en tidligere doktorpromosjon i Håkonshallen i Bergen. Foto: Ingrid Færevoll Melien

Professor og ERC Advanced grant holder, UiO
Jan Helge Solbakk

Professor og Academic Director of Research Governance, Ethics and Integrity, Manchester University og professor II, UiO
Søren Holm

Publisert Onsdag 01.11.2023 - 09:59

Stipendiater, psykisk helse og trakassering

KLASSEKAMPEN

NYHETER MENINGER KULTUR FORDYPNING BOK OG MUSIKK

Flere unge forskere er blitt langtidsykemeldet som følge av konflikter med veiledere, sier etikkprofessor:

– Noen blir skadet for livet

AKADEMIA

Mari Brenna Vollan, Dag Eivind Undheim Larsen og Sigve Bremer Mejdal, 7. mai 2022



PLOS ONE

RESEARCH ARTICLE

Workplace Bullying and Mental Health: A Meta-Analysis on Cross-Sectional and Longitudinal Data

Bart Verkuil^{1,2,3*}, Serpil Atasay^{1*}, Marc L. Molendijk^{1,2,3*}

¹ Institute of Psychology, Leiden University, Leiden, The Netherlands, ² Leiden Institute for Brain and Cognition, Leiden University Medical Center, Leiden, The Netherlands, ³ Skills, Leiden, The Netherlands

* These authors contributed equally to this work.
* b.verkuil@fsw.leidenuniv.nl

Abstract

Background

A growing body of research has confirmed that workplace bullying is a source of distress and poor mental health. Here we summarize the cross-sectional and longitudinal literature on these associations.

Methods

Systematic review and meta-analyses on the relation between workplace bullying and mental health.

Results

The cross-sectional data (65 effect sizes, $N = 115,783$) showed positive associations



OPEN ACCESS

Citation: Verkuil B, Atasay S, Molendijk ML (2015) Workplace Bullying and Mental Health: A Meta-Analysis on Cross-Sectional and Longitudinal Data. PLOS ONE 10(3): e0135225. doi:10.1371/journal.pone.0135225

Editor: Delphine Sophie Cournossier, University of Geneva, SWITZERLAND

10/22/2024

nature

nature > editorials > article

EDITORIAL | 13 November 2019

The mental health of PhD researchers demands urgent attention

Anxiety and depression in graduate students is worsening. The health of the next generation of researchers needs systemic change to research cultures.

Performance management — captured here in photographs from Frank Gillbert — has long contributed to ill health in researchers. Credit: Kheel Centre

Two years ago, a student responding to Nature's biennial PhD survey called on universities to provide a quiet room for "crying time" when the pressures caused by graduate study become overwhelming. At that time, 39% of 5,700 respondents listed their mental health as an area of concern — and just under half of those had sought help for anxiety or depression caused by their PhD study.

UNIVERSITY OF OSLO

NO EN Menu

← About UiO ← Regulations ← Ethical guidelines

Ethical guidelines

Ethical guidelines for supervisors

Guidelines against harassment

Together against harassment!

The working and student environment at the University of Oslo shall be safe and inclusive. Everyone has a responsibility to ensure a good climate for expression and contribute to an academic culture where everyone finds it safe to express themselves, regardless of age, gender, sexual orientation, ethnicity, disability, position or power.

The legislation prohibits harassment at workplaces and educational institutions. Harassment is acts, omissions or utterances that have the purpose or effect of being offensive, frightening, hostile, degrading or humiliating. Sexual harassment is any form of unwanted sexual attention that has the purpose or effect of being offensive, intimidating, hostile, degrading, humiliating or troublesome.

Discrimination, Harassment and Bullying

Stipendiatororganisasjonene i Norge
Association of Doctoral Organizations in Norway

HOME ABOUT US DOCUMENTS USEFUL INFORMATION CAREER OPPORTUNITIES SUPPORT FOR UKRAINIAN SCHOLARS

Discrimination, Harassment and Bullying

Are you experiencing discrimination, harassment or bullying in your workplace?

In Norway, all employees, which includes PhD researchers and Post-Docs, have the right to a workplace free of all forms of discrimination, bullying, harassment.

We in SiN know that despite this, discrimination, bullying, and harassment of early-career scholars does occur at Norwegian research institutions. Below you'll find some helpful information about what to do if you experience this, along with resources to organizations and others who can give you any assistance you might require.

Working Environment Act / Arbeidsmiljøloven

SEARCH

RECENT POSTS

- Mental Fitness Workshop with Forskerforbundet and SiN
- Digital communication that works!
- SiN Times in July
- EuroDoc Conference Report for SiN, 20: Report on EuroDoc AGM 2023
- Are we dissuading international talents Norwegian academia?
- Survey about transferable skills

Råd til institusjonene for å ta mer ansvar for stipendiaters psykisk helse

- Ta ansvar for å sikre gode veilederrelasjoner og arbeidsmiljø
- Snakke mer om mestringsfølelse og det å ikke ha daglige leveranser
- Høre på og få fram stipendiatens side ved konflikt
- Bygge et fellesskap mot ensomhet
- Klarhet i karrieremuligheter etter doktorgradsperioden
- Ta godt vare på de internasjonale stipendiatene
- Ha rom for at stipendiaten kan gå gjennom personlige kriser eller store endringer i privatlivet
- Sikre enda bedre rammevilkår for doktorgradsperioden

Råd er direkte sitert fra intervju med Universitetsavisa som er tilgjengelig her: <https://www.universitetsavisa.no/ingvild-bergom-lunde-psykisk-helse-stipendiater/vi-kan-ikke-legge-hele-ansvaret-for-stresset-over-pa-stipendiaten/399943>

Hvordan kan en ph.d.-rådgiver hjelpe stipendiat-veilederrelasjonen?

UNIVERSITY ADMINISTRATOR



What my friends think I do



What my mother thinks I do



What I think I do



What students and academic staff think I do



What society thinks I do



What I actually do

- Fremdriftsrapporter
- Sjekk habilitetskjema med tanke på veilederbytter ved bedømmelse
- Har en helhetlig oversikt og påvirkningskraft som hverken stipendiat eller veileder har (...eller er det HR?)



Avtalelengder og tids ph.d.-utdanninga

Et undersøkelse på grunnlag av data frå

«Av kandidatar som starta doktorgradsutdanning i perioden 2010-2016 fullførte 15 prosent innanfor avtaletida.»

«Av kandidatane som starta doktorgradsutdanning i 2010 og 2011, var fråfallet 19 prosent målt etter ti år»

(side 3)

SIN



Stipendiatororganisasjonene i Norge

TUSEN TAKK FOR AT VI FIKK KOMME!

**Kontakt oss gjerne: leder@stipendiat.no
styret@stipendiat.no**

Referanser

Ahmed, S. (2021) Complaint! Duke University Press

DiON (2023) Report on problematic situations between supervisor and PhD candidate at NTNU. Available at: <https://org.ntnu.no/dion/wp-content/uploads/2023/12/Report-on-problematic-situations-between-supervisor-and-PhD-candidate-at-NTNU.pdf>

Levecque, K., Anseel, F., De Beuckelaer, A., Van der Heyden, J., & Gisle, L. (2017). Work organization and mental health problems in PhD students. *Research Policy*, 46, 868-879

Stipendiatororganisasjonene i Norge (2022) COVID-19 related project delays, contract extension applications, mental health, and well-being Results from a nationwide follow-up survey among PhDs and postdocs in Norway, carried out March–April 2022

UiODoc (2024) [Research committee seminar on PhD education 08.04.24 \(uio.no\)](#)

Van Rooij, E., Fokkens-Bruinsma, M., & Jansen, E. (2021). Factors that influence that influence PhD candidates' success: the importance of PhD project characteristics. *Studies in Continuing Education*, 43(1), 48-67.

