

# Codebook RCT Dished

## Primary outcomes

### Perceived stress

**Scale:** Perceived Stress Scale (PSS-10)

**Reference:** Cohen & Williamson (1988)

**Variable prefix:** PSST

**Response scale:** 0–4 (Aldri–Svært ofte)

### Instruksjon:

Nedenfor følger noen spørsmål om hvordan du har hatt det og følt deg i løpet av eksamensperioden. Hvor ofte har du ...

Variable	Full item text	Reverse
PSST_1	Hvor ofte har du følt deg nervøs og stresset?	No
PSST_2	Hvor ofte har du følt at du har kunnet kontrollere irritasjonsmomenter i livet ditt?	Yes
PSST_3	Hvor ofte har du blitt opprørt på grunn av noe som skjedde uventet?	No
PSST_4	Hvor ofte har du følt at ting går din vei?	Yes
PSST_5	Hvor ofte har du blitt sint på grunn av ting som var utenfor din kontroll?	No
PSST_6	Hvor ofte har du opplevd at du ikke kunne takle alt du måtte gjøre?	No
PSST_7	Hvor ofte har du følt deg trygg på din evne til å håndtere dine personlige problemer?	Yes
PSST_8	Hvor ofte har du følt deg ovenpå?	Yes
PSST_9	Hvor ofte har du følt at vanskeligheter har hopet seg opp så mye at du ikke kunne håndtere dem?	No
PSST_10	Hvor ofte har du følt at du ikke kunne kontrollere de viktige tingene i livet ditt?	No

### Academic stress

**Scale:** Academic stress burden items

**Reference:** Academic Stress Scale used in Rege (2025)

**Variable prefix:** ACST

**Response scale:** 0–5 (0 – Ingen belastning – 5 – Svært stor belastning)

### Instruksjon:

Tenk på den siste måneden. Velg det tallet som best angir i hvor stor grad du har opplevd belastningene nedenfor. Hvis du ikke har opplevd belastninger, klikker du på tallet 0.

Variable	Full item text	Reverse
ACST_1	Du synes studiene har vært for krevende.	No
ACST_2	Du har bekymret deg for at du ikke skal klare studiene godt nok.	No
ACST_3	Du har følt prestasjonspress.	No
ACST_4	Du har stilt store karakterkrav til deg selv.	No
ACST_5	Du har gruet deg til eksamen/vurderinger.	No

## Exam behaviour

**Scale:** Exam behaviour checklist

**Reference:** Project-specific items

**Variable prefix:** EXAM

**Response scale:** 0–1 (Nei-Ja)

### Instruksjon:

Gjorde du en eller flere av de følgende våren 2026? Merk av alle som passer til deg.

Variable	Full item text
EXAM_1	Jeg meldte meg av ett fag/emne.
EXAM_2	Jeg lot være å møte opp til eksamen.
EXAM_3	Jeg lot være å levere hjemmeksamen eller annen karaktergivende innlevering.
EXAM_4	Jeg fikk strykkarakter.

## Credits completed

CREDCOMP	Hvor mange studiepoeng fullførte du vårsemesteret 2026?	Open ended
----------	---	------------

## Secondary outcomes:

### Stress mindset

**Scale:** Stress mindset items

**Reference:** Yeager et al. (2021)

**Variable prefix:** stress\_mind

**Response scale:** 1–5 (Helt uenig–Helt enig)

### Instruksjon:

I hvilken grad er du enig eller uenig med de følgende påstandene?

Variable	Full item text	Reverse
Stress_mind_1	Den totale effekten av stress på livet mitt er negativ.	Yes
Stress_mind_2	Stress gjør det vanskeligere for meg å lære og utvikle meg.	Yes
Stress_mind_3	Stress gjør det vanskeligere for meg å få ting gjort og nå målene mine.	Yes

### Growth mindset

**Scale:** Growth mindset items

**Reference:** "Belief that Ability Grows with Effort " (factor of Gaumer, Erickson & Nooan, 2016)

**Variable prefix:** GMIND

**Response scale:** 1–5 (Helt uenig–Helt enig)

### Instruksjon:

Hva tenker du om dine muligheter for å lære og utvikle deg? Hvor enig eller uenig er du i følgende påstander? Marker det svaralternativet som passer best for deg. Det er ingen riktige eller gale svar.

Variable	Full item text	Reverse
GMIND_1	Jeg tror hardt arbeid lønner seg.	No

GMIND_2	Mine evner vokser med innsatsen.	No
GMIND_3	Jeg tror hjernen kan utvikles som en muskel.	No
GMIND_4	Jeg tenker at uansett hvem du er kan du gjøre store endringer i dine evner.	No
GMIND_5	Jeg kan endre mitt evnenivå betydelig.	No

### Self-reported preparedness

**Scale:** Single item

**Reference:** Project-specific item

**Variable prefix:** PREP

**Response scale:** 1–4 (Svært lite forberedt–Veldig godt forberedt)

#### Instruksjon:

Alt i alt, hvor godt forberedt følte du deg før eksamenene du hadde dette semesteret?

Variable	Full item text
PREP	Alt i alt, hvor godt forberedt følte du deg før eksamenene du hadde dette semesteret?

### Use of study strategies

**Scale:** We create two scales: Scale 1 is all items. Scale 2 consists of only item: 1,2,3

**Reference:** Project-specific items

**Variable prefix:** STUDY

**Response scale:** 1–5 (Ikke i det hele tatt–I svært stor grad)

#### Instruksjon:

Tenk tilbake på ditt studiearbeid dette semesteret. I hvilken grad vil du si at du har benyttet deg av følgende studiestrategier?

Variable	Full item text	Reverse
STUDY_1	Jeg testet meg selv.	No
STUDY_2	Jeg repeterte fagstoff jeg hadde vært igjennom.	No
STUDY_3	Jeg lagde tidsplaner for egenstudier i eksamensperioden.	No
STUDY_6	Jeg var bevisst på hvordan jeg skulle ta pauser.	No

Variable	Full item text
STUDYTXT	Har du brukt noen andre studiestrategier enn de listet opp i forrige spørsmål? Fortell oss gjerne om dem i tekstboksen.

### Study quantity index

**Scale:** Study quantity index

**Reference:** adapted from Delavande (2022)

**Variable prefix:** effort

**Response scale:** Open text / numeric text

Variable	Full item text	Response scale
----------	----------------	----------------

effort_inst	Hvor mange timer brukte du på forelesning, seminar og praksis i en typisk uke?	Open ended numeric
effort_self	Utenom tid brukt på forelesning, seminar og praksis, hvor mange timer brukte du på studier i en typisk uke?	Open ended numeric
STUDY_5	Jeg deltok i det aller meste av undervisningen.	1–5 (Ikke i det hele tatt–I svært stor grad)

### Financial incentives awareness

**Reference:** Project-specific items

**Variable prefix:** fin

**Response scale:** 1–5 (I svært liten grad–I svært stor grad)

Variable	Full item text
fin_sal	I hvilken grad har du tenkt på hvordan eksamensresultatene dine påvirker stipendet ditt?
fin_mot	I hvilken grad er stipendet fra Lånekassen en motivasjon for å møte til og bestå eksamen?

**Variable prefix:** fin\_know

**Response scale:** 1–3 (Korrekt–Ikke–Korrekt–Vet ikke)

**Instruksjon:**

Under følger noen påstander om støtte fra Lånekassen. For hver påstand skal du ta stilling til om påstanden er korrekt eller ikke korrekt.

Variable	Full item text
Fin_know_1	En fulltidsstudent må bestå 30 studiepoeng per semester med støtte for å få fullt stipend.
Fin_know_2	Om man ikke fullfører studiet får man ikke omgjøring fra lån til stipend basert på beståtte studiepoeng.
Fin_know_3	Om man bytter studie senere får man ikke omgjøring fra lån til stipend basert på beståtte studiepoeng.
Fin_know_4	En fulltidsstudent med støtte fra Lånekassen kan få opptil 4171 kroner i stipend hvis hen består en eksamen på 10 studiepoeng.

### Questions about treatment e-mail

The T1, T2 and T4 treatments are shown the e-mail with information about financial incentives. The T3-stress and T3-strategies are shown the initial Study Success invitation. The control group are randomly assigned one of these letters and shown that letter and the accompanying questions.

Variable	Full item text	Response scale	Who
Email_rec	Var du en av dem som mottok denne e-posten?	Ja Nei Vet ikke	All

email_know	Hvor godt kjent var du med sammenhengen mellom studiepoeng og stipend før du leste denne teksten første gang?	Ikke i det hele tatt Litt kjent Nokså kjent Godt kjent Svært godt kjent	T1, T2, T4
email_click	Klikket du på Youtube-lenken i e-posten?	Ja Nei Vet ikke	T1, T2, T4
email_why	Hvorfor ikke?	Open ended	T1, T2, T4
Email_click_SS	Gikk du inn på StudieSuksess siden?		T3
reason_no_enter	Hvorfor gikk du ikke inn på StudieSuksess siden?		T3 if e_mail_click_SS=No
study_sucess_enter_intention	Ville du gått inn på StudieSuksess siden om du mottok denne e-posten?		T3 if Email_rec=No
study_sucess_register_intention	Ville du registrert deg i StudieSuksess-programmet om du mottok denne e-posten?		T3 if Email_rec=No
study_sucess_register	Registrerte du deg til StudieSuksessprogrammet?		T3 if Email_rec=Yes
register_reason	Hvorfor registrerte du deg ikke?		T3 if study_sucess_register=no
email_channel	Hvordan foretrekker du å motta informasjon fra Lånekassen?	Open ended	All

### Background questions:

Variable	Full item text	Response scale
HSGPA	Hva var karaktersnittet ditt fra videregående skole?	Under 3 3,0-3,49 3,5-3,99 4,0-4,49 4,5-4,99 5,0-5,49 5,5 eller høyere
CREDINT	Hvor mange studiepoeng meldte du deg opp til å ta vårsemesteret 2026?	Mindre enn 30 studiepoeng 30 studiepoeng Mer enn 30 studiepoeng

CREDCOMP	Hvor mange studiepoeng fullførte du vårsemesteret 2026?	Open ended
PARENTED	Har minst en av foreldrene dine tatt høyere utdanning?	Ja Nei Vet ikke
LIVE	Hvilken av de følgende beskriver best din bosituasjon våren 2026?	Bodde sammen med minst én forelder/foresatt Bodde sammen med annen familie (f.eks. søsken, besteforeldre) Bodde sammen med kjæreste eller venner Bodde alene Annet
WORK	Hvis du tenker på en vanlig uke våren 2026, hvor mange timer brukte du på betalt arbeid?	Hadde ikke slikt arbeid 1-10 timer 11-20 timer 21-30 timer 31-37 timer 37,5 time eller mer
FIRSTCH	Er studieprogrammet du studerte på våren 2026 førstevalget ditt?	Ja Nei
CONTINUE	Planlegger du å fortsette å studere til høsten?	Ja, på samme studieprogram som på våren 2026 Ja, men på et annet studieprogram enn våren 2026 Nei