

PERSBERICHT

Geschikt voor onmiddellijke plaatsing – 18 mei 2009

Effectieve aanpak van examenstress op QUESTION-ZONE.NL

Eén op de vier jongeren heeft last van examenstress

Utrecht – QUESTION-ZONE.NL besteedt ook dit jaar extra aandacht aan eindexamenstress. Uit onderzoek blijkt dat maar liefst 24% van alle eindexamenleerlingen in Nederland hier last van heeft. Examenstress kan ervoor zorgen dat eindexamenleerlingen blokkeren wanneer ze hun examens maken. Een lastig probleem, maar er is iets aan te doen. Jongeren kunnen op QUESTION-ZONE.NL namelijk de hulp van een professionele hulpverlener inschakelen. Ze krijgen dan persoonlijk advies over hoe ze in deze periode met de stress om kunnen gaan. Ze kunnen gratis en anoniem chatten en mailen met de hulpverleners. Of bellen naar 0900-1450 (15ct p/m).

Persoonlijk advies beste hulpmiddel

‘De oplossing kan per persoon verschillend zijn. Persoonlijk advies is daarom erg belangrijk’, aldus Leida van den Berg, directeur van Stichting Korrelatie. ‘De ene jongere heeft baat bij ademhalingsoefeningen en de andere is geholpen met tips voor de voorbereiding op het examen. ‘Er met iemand over praten kan opluchten en ervoor zorgen dat je minder gespannen bent.’

Profiel QUESTION-ZONE.NL

QUESTION-ZONE.NL, een initiatief van Stichting Korrelatie, is dé online zone waar jongeren ieder probleem anoniem kunnen voorleggen. Dat doen ze via de chat, mail of per telefoon. Via één centraal punt krijgen ze gratis professioneel advies en hulp van de hulpverleners van Stichting Korrelatie: Sinds de start van QUESTION-ZONE.NL in oktober 2007 is er een stijging van 180% van jongeren, die contact zoeken met Korrelatie. Jongeren geven aan na de chat weer verder te kunnen en komen soms terug voor een vervolg op de chat.

Profiel Korrelatie

Korrelatie vervult in Nederland al 44 jaar een belangrijke rol in psychische en psychosociale hulpverlening. De dienstverlening van Korrelatie onderscheidt zich door de toegankelijkheid van professionele hulpverlening. De adviezen van Korrelatie zijn altijd afgestemd op de persoonlijke situatie van de cliënt. De professionele hulpverleners van Korrelatie begeleiden cliënten via telefoon, e-mail of chat.

[einde berichtgeving]

NOOT VOOR DE REDACTIE:

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Korrelatie,
Leida van den Berg, directeur Stichting Korrelatie
E-mail: l.vandenberg@korrelatie.nl

Marjolein Nieuwenkuiper, hulpverlener Korrelatie
E-mail: m.nieuwenkuiper@korrelatie.nl

Postbus 9484
3506 GL Utrecht
www.korrelatie.nl Tel. 030-2710100

www.korrelatie.nl
www.question-zone.nl
www.werkenaanrelatieproblemen.nl
www.zwaarweer.nl

ONLINE MEDIACENTRUM

Dit persbericht staat ook online op www.question-zone.nl/pers. Vanaf deze site is beeldmateriaal te downloaden. Redacties mogen het beeldmateriaal gebruiken onder voorwaarde van vermelding: 'Korrelatie - www.question-zone.nl'