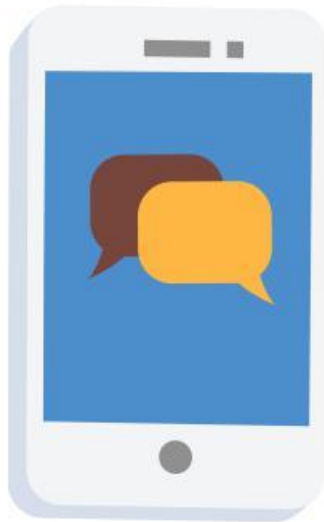




# Januari 2017

**DE PERMANENTIE IN CIJFERS EN  
CONCLUSIES**



## 1 Aantal oproepen stijgt

- 24% meer oproepen dan in 2015
- 148% meer oproepen dan in 2014
- Bijna de helft van alle oproepen in de eerste week



Meer vrijwilligers ingezet per avond in de eerste week

Meer online advertising

## 2 Wie zijn onze oproepers?

- Alweer: meerendeel vrouwelijk
- 3 ouders, rest student
- 27 oproepers uit lager of middelbaar onderwijs, 11% meer dan vorig jaar
- Opvallend: 14 studenten die aangeven (toegepaste) psychologie te studeren. Enthousiaste prof?
- 18 oproepers die meerdere keren met ons chatten





### **3** Vooral psychologische problemen

- problemen met stress, concentratie en leerstof komen meest voor
- Vaak te laat begonnen
- De helft van de gesprekken wordt afgesloten in onderling overleg

"Morgenvroeg examen, maar heb ineens heel veel stress en voel me hier onwel door"

"Ik doe mijn best maar het is best lastig als 30 van de 100 paginas over suicide gaan en mag dat nu net mijn zwakte zijn, mijn soms enige uitweg lijken, mijn gedachten triggeren"

"Ik had gedacht dat ik vandaag klaar zou zijn en alles morgen zou kunnen herhalen, maar dat gaat niet lukken"

"'Niet voldoende' zijn in iemand zijn of haar gezicht vind ik heel moeilijk, waardoor ik blokkeer alvorens ik op het examen verschijn. Wat ik mij vooral: is dit normaal? Wat denk je?"

"heb een zware verkoudheid en morgen een belangrijk mondeling examen"

"Ik zoek nog enkele studietips want mijn examen van wiskunde was slecht..."

"is dit anoniem?"

"ja"

"oke, ik snij mezelf als ik stress heb"

"Ik had eigenlijk een stomme vraag. Heb je toevallig tips tegen spanningshoofdpijn?"

"Ik ga nog even nakijken en op tijd slapen. Super hard bedankt om even te luisteren"

"Rustig blijven is de boodschap zeker? Dat ga ik dan maar proberen doen..."

"Ja, ik ga mij proberen vast te houden aan de tips en positief te blijven. Dankuwel!"

"Heb ik je wel wat verder kunnen helpen?"

"Ja, eigenlijk wel. Hiervoor wil ik u dan ook bedanken, mede dankzij u wordt de blok namelijk dragelijker"

"Ik ben inderdaad wel blij dat ik het eens heb neer kunnen schrijven en ik ga uw tips zeker eens proberen. Slechter dan nu kan het niet gaan..."

"Dankje voor het luisteren"

"maar nu moet ik gaan eten... bedankt voor het gesprek, ik kon even mijn gedachten verzetten!"

**BEDANKT**  
**aan alle vrijwilligers!**