



KENNISDOCUMENT

SCHULDEN- EN PSYCHISCHE PROBLEMATIEK BIJ JONGEREN



AMINE BAKKALI

SCHULDENLAB NL

INLEIDING

Aanleiding/probleemstelling

Doelgroep

Onderzoek

ERVARINGSVERHALEN

Het verhaal van Anna, 22 jaar

Analyse van het van verhaal Anna

Het verhaal van Aisha, 23 jaar

Analyse van het verhaal van Aisha

Het verhaal van Bilal, 25 jaar

Analyse van het verhaal van Bilal

Verhaal van Sander, 20 jaar

Analyse van het verhaal van Sander

Verhaal van Willian, 23 jaar

Analyse van het verhaal van Willian

CONCLUSIE

COLOLOFON

Amine Bakkali
Begeleiders: Nina-Sophie Meijer en Safiyeh Salehi
Opdrachtgever: Sadik Harchaoui
Organisatie: SchuldenLabNL
23-7-2021

INLEIDING

“DOOR AANKOPEN HOOPTEN IK MIJN DEPRESSIE TE KUNNEN VERGETEN”

Rond mijn 18e ging ik op mijzelf wonen vanwege mijn studie. Ineens moest ik de huur, zorg-verzekering en telefoonabonnement zelf betalen. Ik heb vanuit huis nooit meegekregen hoe ik hier mee om moet gaan. Ik kon ook geen bijbaantje vinden, omdat ik overal werd afgewezen. De brieven over mijn achterstand van het betalen van mijn zorgverzekering bleven maar binnenstromen. Op een gegeven moment durfde ik de brieven niet eens meer te openen. Ik had een vlucht- en ontkenningmode bereikt. Ik voelde mij helemaal niet meer goed en kwam het huis niet meer uit. Ik was depressief, dit besepte ik pas toen ik niet meer kon genieten van het leven. De combinatie van mijn schulden en depressie hebben ervoor gezorgd dat ik mijzelf nog meer kwijtraakte. Ik ging met het klein beetje geld dat ik nog had aankopen doen. Ik hoopte door deze aankopen vrolijk te worden en mijn depressie te kunnen vergeten. Echter zorgde dit er alleen maar voor dat ik nog dieper in de schulden kwam. Ik wist mijzelf geen raad meer!

Hierboven is een fragment uit het ervaringsverhaal van Anna. In dit fragment is te lezen dat de schulden van Anna hebben geleid tot psychische klachten. De psychische klachten kunnen de geldproblemen verergeren. Het geldtekort neemt het denken helemaal in beslag, waardoor het brein overbelast raakt. Het is te vergelijken met een nacht niet slapen. Dit kan leiden tot nog meer verkeerde financiële beslissingen (Psycholoog, 2021). Schulden kunnen dus leiden tot psychische klachten, maar andersom kunnen psychische klachten ook leiden tot schulden (Psycholoog, 2021).

Het verhaal van Anna is het verhaal van veel jongeren in Nederland. Het aantal jongeren tot 24 jaar met schulden in Nederland is de afgelopen vijf jaar met zeventig procent gestegen (BKR, Schulden monitor Jaarrapport, 2020). En elf procent van de jongeren tussen 18 en 25 jaar heeft last van psychische problemen (Nederlandsjeugdinstituut, 2019).

AANLEIDING/PROBLEEMSTELLING

Jongeren met schulden hebben een verhoogd risico om psychische klachten te ontwikkelen. Andersom lopen jongeren met psychische klachten een verhoogd risico op schulden (Psycholoog, psycholoog, 2021). Over dit verband is nog weinig bekend. Tijdens dit onderzoek staan ervaringsverhalen van jongeren centraal. Met deze verzamelde ervaringsverhalen wordt er een beeld gevormd van de leefwereld van jongeren die kampen met schulden- en psychische problematiek. Met de jongeren die voor dit onderzoek hun ervaringsverhalen hebben gedeeld, zijn er nog veel jongeren die bij het bereiken van de leeftijdsgrens van 18 jaar last krijgen van deze problematiek. Dit blijkt ook uit de beschikbare cijfers.

Psychische klachten: In Nederland is 13,8% van de jongeren 18 tot 25 jaar psychisch ongezond (CBS, 2020). De psychische (on)gezondheid werd gemeten door vijf enquête vragen. Deze vragen waren gericht op de gemoedstoestand van de respondenten in de afgelopen vier weken. Uit een andere vragenlijst van het CBS in november 2018 is gebleken dat 1 op de 12 jongeren (12-25) psychisch ongezond is. Hiervoor is de Mental Health Inventory-5 (MHI5) gebruikt. De MHI5 meet internaliserende psychische problemen en stoornissen. Het resultaat was dat 8% van de 12- tot 25-jarigen psychisch ongezond is. De grootste stijging van psychische problemen bij jongeren is te zien bij meisjes van 16-17 jaar en mannen van 18-19 en 22-23 jaar (Schoemaker, et al., 2019). Al deze leeftijden vallen binnen de doelgroep van dit onderzoek.

Depressie: Als wij kijken naar de cijfers over de depressieve stoornissen, zien wij dat van alle leeftijdsgroepen een depressieve stoornis het vaakst voorkomt bij de leeftijdsgroep 18-24. Maar liefst 6.7% (1 op de 15) van de jongeren tussen 18 en 24 jaar hebben last van een depressieve stoornis. Ook in de ervaringsverhalen die in dit kennisdocument gaan volgen zien wij dat depressieve stoornissen veel voorkomen bij deze leeftijdsgroep. De eerdergenoemde cijfers zijn afkomstig van Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS-2) (Nemesis-2, 2021).

Betalingsproblemen: In 2019 waren er 32.297 jongeren t/m 24 jaar met een betalingsprobleem (BKR, Schulden monitor Jaarrapport, 2020). Een betalingsprobleem is niet hetzelfde als een betalingsachterstand. Er wordt bij BKR gesproken over een betalingsprobleem als:

- men op een lopend krediet een betalingsachterstand heeft (met of zonder aflossingsregeling);
- de (restant)vordering van een lopend krediet is opgeëist;
- er € 250 of meer op een lopend krediet is afgeboekt;
- men een lopend saneringskrediet heeft;
- men een overeenkomst tot schuldbemiddeling heeft.

Meer cijfers Schulden: De afgelopen vijf jaar is het aantal jongeren t/m 24 met schulden in Nederland bijna verdubbeld. Tussen 2015 en 2016 kwamen er slechtst 7000 jongeren met schulden bij. In 2018 en 2019 was dit al ruim 22.000 (BKR, hoe jongeren steeds meer in de schulden belanden, 2020).

- Volgens het Nibud hebben 400.000 jongeren tussen de 18 en 26 jaar ernstige betalingsproblemen (BKR, Schulden monitor Jaarrapport, 2020).
- Ruim twintig procent van de debiteuren bij DUO heeft een betalingsachterstand (BKR, Schulden monitor Jaarrapport, 2020).
- Uit een onderzoek van Panteia naar de schuldenproblematiek van jongeren tussen de 18 en 27 jaar blijkt dat 1 op de 10 de ziektekostenverzekering niet op tijd betaald. Ook is hier naar voren gekomen dat 24% van de jongeren de afgelopen 12 maanden rekeningen niet op tijd heeft betaald. Het achterlopen met het betalen van de ziektekostenverzekering komt het meest voor, namelijk 10,5% (Panteia, 2018). Laagopgeleide jongeren hebben vaker schulden dan jongeren die middelbaar of hoogopgeleid zijn (Panteia, 2018). Zo hebben ruim 37% van de mbo'ers momenteel een schuld. 15% van de mbo'ers ervaren problematische schulden. Bij problematische schulden zien jongeren geen oplossing meer.

Schulden zorgen ervoor dat jongeren moeilijk aan hun toekomst kunnen beginnen. Jongeren zijn dan bezig met het aflossen van hun schulden en niet met hun toekomst. Het is voor jongeren moeilijker om zelfstandig te worden wanneer hun salaris op gaat aan aflossingen. Zoals eerder besproken leveren schulden stress en andere gezondheidsproblemen op. Dat maakt de maatschappelijke impact van schulden bij jongeren groot (BKR, Schulden monitor Jaarrapport, 2020).

Corona: Sinds de coronacrisis stijgen de eerdergenoemde cijfers nog harder dan voorheen. Bijna de helft van de jongeren geeft aan zich slechter te voelen dan voor de coronacrisis (Jeugdinstituut, Actueel, 2020). Ook de werkloosheid onder jongeren is sinds de coronacrisis met 3,1 procent gestegen (NJI, 2021). Deze grote stijging is deels te verklaren doordat veel jongeren werkzaam waren in de meest getroffen sectoren. Zo waren veel jongeren werkzaam bij eet- en drinkgelegenheden. Jongeren hebben ook vaak tijdelijke contracten of werken als uitzendkracht (NJI, 2021). Sinds het uitbreken van de coronacrisis zijn er 36,000 jongeren werkloos geraakt (Rtlnieuws, 2021).

DOELGROEP

Dit onderzoek richt zich op jongeren tussen 18 en 25 jaar oud. De reden hiervoor is dat dit cruciale leeftijden zijn. Op deze leeftijden wordt er veel gevraagd van de jongeren. Wanneer je 18 jaar bent wordt er ineens van alles van je verwacht. Je moet vanaf deze leeftijd allerlei dingen zelf regelen. Zo moeten jongeren vanaf hun 18e hun eigen lesgeld, zorgverzekering, studiefinanciering, aangifte inkomstenbelasting en nog veel meer regelen (Rijksoverheid, 2021). Er zijn ook allerlei toeslagen waar de jongeren recht op hebben, bijvoorbeeld de zorgtoeslag (Rijksoverheid, 2021).

Naast deze punten zijn er ook nog allerlei maatschappelijk life events (bijvoorbeeld: uit huis gaan, rijbewijs halen, uitgaan, studeren of samenwonen) die spelen bij deze doelgroep. Het is niet voor alle jongeren even makkelijk om dit allemaal goed te regelen. Eerder in dit kennisdocument is te lezen dat deze doelgroep het lastig heeft. Reden genoeg om deze doelgroep de aandacht te geven die nodig is.

ONDERZOEK

Ervaringsverhalen van jongeren die last hebben gehad van psychische- en schuldenproblematiek staan centraal in dit onderzoek. Er is dan ook veel tijd en moeite gestoken in het verkrijgen van deze ervaringsverhalen. In totaal zijn er vijf jongeren die anoniem hun verhaal hebben gedeeld. De jongeren doen hun verhaal onder de volgende pseudoniemen:

- Anna, 22 jaar
- Aisha, 23 jaar
- Bilal, 25 jaar
- Sander, 20 jaar
- Willian, 23 jaar

Vanwege de coronarichtlijnen zijn alle gesprekken online geweest, op het gesprek van Willian na. Het gesprek van Willian moest fysiek, omdat er ook een begeleidster aanwezig moest zijn. Tijdens deze gesprekken kregen de jongeren alle ruimte om hun verhaal te delen. Dit werd opgenomen en later op papier gezet. Tijdens het uittypen van de verhalen is erop gelet dat er letterlijk werd getypt wat de jongeren vertel hadden. De verhalen zijn heel persoonlijk en dienden, daarom zo letterlijk mogelijk op papier te worden gezet. Vervolgens zijn de verhalen door de desbetreffende jongeren nagelezen en goed gekeurd. De reden dat er gekozen is voor ervaringsverhalen, heeft te maken met de duidelijke impact hiervan. Ervaringsverhalen geven herkenning en erkenning (ZwanyHuiting, 2021). Daarbij is er nog niet veel bekend over het verband tussen psychische- en schuldenproblematiek. Vandaar dat de ervaringsverhalen in dit onderzoek leidend zijn.

ERVARINGSVERHALEN

In dit hoofdstuk volgen de ervaringsverhalen van de jongeren. Na elk ervaringsverhaal volgt er een verbandlegging met de literatuur. Eerst volgt het ervaringsverhaal van Anna.

“Mijn verhaal is niet super lang of heftig, maar wel iets wat veel effect heeft gehad op mij. Het verhaal speelt zich af tussen mijn 19e en 21e.” Aisha, 23 jaar

Het verhaal van Anna, 22 jaar



Anna

“Ik zal bij het begin beginnen. Mijn vader komt uit Papoea-Nieuw-Guinea en mijn moeder komt uit de Filipijnen. Beide landen zijn bekend als best wel arme landen. Dit is dan ook de reden dat deze mensen sneller emigreren naar andere landen om daar hun geld te verdienen. Mijn vader is naar Nederland gekomen en geadopteerd door een Hollands gezin. Mijn ouders leerden elkaar kennen als penvrienden. Mijn moeder besloot naar Nederland te komen en hier werden ze verliefd. Uiteindelijk besloten ze te trouwen.

Mijn vader was altijd al niet zo heel goed met geld, dit heb ik ook gehoord van mijn moeder. Mijn vader werd altijd ook best wel verwend door mijn Nederlandse opa. Dit zorgde dan ook voor problemen. In het begin van het huwelijk maakte mijn vader dan ook best veel schulden. Mijn vader heeft dus niet zo een goede methode om met geld om te gaan. Vroeger werd ik ook enorm verwend door mijn vader. Als zijn kleine meisje kreeg ik snel wat ik wilde. Van mijn Nederlandse opa kreeg ik ook altijd precies wat ik wilde. Maar ja, thuis waren er nog steeds de problemen. Er waren natuurlijk schulden en daarbij is mijn vader ook dol op alcohol. Dit speelde ook een rol in de schulden. Deze leefstijl van mijn vader botste dan ook heel erg met mijn moeder haar principes. Dit zorgde voor heel veel problemen. Hierdoor was mijn opvoeding heel moeilijk. Mijn ouders wisten niet precies hoe zij mij en mijn broer moesten opvoeden.

In mijn tienertijd merkte ik al dat ik niet goed om kon gaan met geld. Elk weekend kreeg ik iets van vijftig euro, maar dit was altijd al heel snel weer op. Nu besef ik me ook waarom het zo snel op ging. Als ik bijvoorbeeld verdrietig was, dan wilde ik een soort van high hebben. Die high kreeg ik dan van kleding kopen. En voor mijn kleding kreeg ik complimenten, dit had een positief effect op mijn zelfbeeld. Ik wilde er ook altijd graag bij horen, dit speelde dus ook een rol wat betreft het kleding kopen.

Rond mijn 16e begon het heel slecht te gaan op school. Dit had te maken met mijn zelfvertrouwen, de problemen thuis en ik ook niet met geld kon omgaan. Het is pas sinds mijn 22e dat ik echt kon sparen voor iets. Maar ja, in die tijd ging het op school echt helemaal niet meer goed. Ik was niet gemotiveerd en ik had insomnia (slaap-stoornis). Ik besef me nu pas dat ik in die tijd last had

van psychische problemen. In die tijd wist ik het niet, ik dacht dat het normaal was. Ik had geaccepteerd dat ik gewoon door het leven moest met weinig slaap. Ik had dit probleem toen nooit bespreekbaar gemaakt.

Ondertussen was ik wel begonnen met werken. Maar elke keer was mijn geld meteen weer op. Het was nog steeds hetzelfde. Ik wilde gewoon spullen kopen en dacht er niet aan om te sparen voor de toekomst. Dit is mij ook nooit aangeleerd. Ik heb uit-eindelijk wel mijn vmbo afgerond. Daarna heb ik havo gedaan. Na de havo had ik besloten om te gaan backpacken in het buitenland. Om te mogen backpacken had ik wel een budget van 3000 euro nodig. Dit haalde ik net niet. Uiteindelijk heb ik mijn moeder en broer kunnen overhalen om tijdelijk geld te storten op mijn bankrekening. Hierdoor mocht ik in het buitenland verblijven met een working holiday visum. Hierdoor mocht ik dus ook in het desbetreffende land aan het werk. Helaas lukte het niet om een baantje te vinden. Ik had dus geen inkomen tijdens het backpacken. Echter bleef ik wel spullen kopen met mijn creditcard om mezelf vrolijk te houden. Uiteindelijk moest ik het uitgegeven geld natuurlijk terugbetalen, maar dit kon ik niet. Ik ervaarde veel stress op dit moment. Ik raakte helemaal in paniek! Ik heb toen mijn ouders om hulp gevraagd. Helaas begrepen mijn ouders me niet het werd alleen maar erger. Ik voelde mij alleen en huilde veel. Ook het slapen lukte niet meer. Uiteindelijk is dit wel opgelost toen ik terugkwam in Nederland. Mijn moeder had een groot deel betaald en het andere deel kon ik zelf nog betalen.

Maar ja, nog steeds na dit hele schulden gebeuren heb ik niet geleerd om te gaan met geld. Het was nog steeds moeilijk voor mij om te gaan sparen. Ook thuis ging het nog steeds niet goed. Mijn moeder is dan ook een tijdje gaan wonen in een zomerhuisje. Dit hielp mij wel om samen met mijn moeder rust te vinden in dit zomerhuisje.

Na de rust in het zomerhuisje zijn wij uiteindelijk teruggegaan naar mijn vader. Dit ging verassend goed. Ook met mij ging het beter, ik ging studeren aan de universiteit. Eindelijk kon ik op mijzelf gaan wonen. Alleen had ik dit niet voorbereid, ik had ook niks gespaard. Ik dacht er gewoon niet bij na, ik wist helemaal niet wat mij te wachten stond. Ik merkte al snel dat ik moeite had met de huur. Ik had ook geen baantje meer helaas, omdat ik in Amsterdam ging studeren en mijn werk in Eindhoven dan gewoon simpelweg te ver was.

Uiteindelijk durfde ik mijzelf wel open te stellen bij mijn vrienden. Ik vertelde

hoe ik mij voelde, wat ik allemaal beleef op het moment. Mijn vrienden begrepen mij gelijk. Mijn vrienden konden mij ook vertellen dat ik recht had op zorg en huurtoeslag. Hier had ik totaal geen weet van. Deze dingen konden mij helpen.

In het tweede jaar van mijn uni werd het weer teveel. Ik ervaarde veel druk en stress door studiedruk. Ook ervaarde ik weer veel druk door mijn ouders. Ik werd dan gebeld door mijn moeder die over mijn vader ging zeuren. En even later belde mijn vader weer om over mijn moeder te zeuren. Ik zat er echt tussenin. Dit was geen fijne positie. Het probleem tussen mijn ouders raakt mij gewoon heel erg. Alle problemen kwamen weer bij elkaar. Hierdoor ging ik weer dingen kopen om mijzelf vrolijk te maken. Ik spaarde niet meer voor de toekomst. Toen het mij echt allemaal te veel werd, heb ik besloten een studieadviseur te benaderen. De studieadviseur heeft ook direct na het horen van mijn verhaal de studentenpsycholoog aan mij gekoppeld. De studentenpsycholoog kon mij ook direct doorverwijzen naar een psycholoog. Hier kon ik ook binnen een week terecht. Ik kan mijzelf niet meer precies herinneren wat mijn indicatie was. Maar wat wel naar voren kwam, is dat ik in mijn tienertijd echt last had van een depressie. In deze periode had ik ook de angst om naar buiten te gaan. Ik ging alleen nog maar naar buiten voor de boodschappen of naar mijn hoorcolleges. Ik was ook heel onzeker door al mijn problemen, dit is ook een reden dat ik niet naar buiten ging. Mijn psycholoog heeft mij aanbevolen om dingen te gaan doen die ik leuk vind. Uiteindelijk heb ik mijzelf opgegeven voor salsa lessen. Ik kreeg weer zelf vertrouwen en kwam meer buiten. Ook mijn schulden kon ik goed wvoppakken. Ik had mijn huur en zorgtoeslag aanvraag ingediend en kon gaan werken aan het aflossen.

Hoe ik hier ben uitgekomen, heb ik vooral te danken aan mijn vrienden. Zij hebben mij veel geholpen en geadviseerd. Daarbij zijn de sessies met de psycholoog ook heel effectief geweest voor mijn herstel. Ik kan nu weer doen wat ik leuk vind. Ik geniet weer van het leven. Rust en vrolijkheid is wat ik nu voel.”

Analyse van het van verhaal Anna

In het verhaal van Anna is te lezen dat haar thuissituatie een grote rol heeft gespeeld in het ontstaan van haar problemen. Anna geeft aan nooit geleerd te hebben hoe zij om moet gaan met geld. De vader van Anna kon ook niet goed omgaan met geld. Bij Anna is er sprake van een te kort aan financiële educatie. Om jongeren weerbaar en redzaam te maken, is het van belang dat zij leren omgaan met geld (Nibud, 2021). Nederlandse jongeren hebben steeds meer geld te besteden, maar toch komen er steeds meer jongeren bij met schulden. Het is dus van belang om jongeren voor te bereiden op financiële verantwoordelijkheden (banken, 2021).

Anna ervaarde veel stress door haar financiële problemen. Vooral toen Anna begreep dat zij het geld niet terug kon betalen was er veel stress. Anna geeft in het verhaal aan dat slapen niet goed ging. Stress kan inderdaad leiden tot slaapproblemen en andere klachten. Dit is ook terug te vinden in de literatuur.

Uit onderzoek blijkt dat jongeren die schulden hebben vaak ook last hebben van stress. Stress hebben, is niet goed voor de mentale gezondheid. Stress kan namelijk leiden tot psychische klachten zoals slaapproblemen, moeheid en somberheid. Dit is weliswaar een extreem voorbeeld, maar het is wel iets dat stress met een mens kan doen (Utrecht, 2021).

“Hoe ik hier ben uitgekomen, heb ik vooral te danken aan mijn vrienden. Zij hebben mij veel geholpen en geadviseerd. Daarbij zijn de sessies met de psycholoog ook heel effectief geweest voor mijn herstel. Ik kan nu weer doen wat ik leuk vind. Ik geniet weer van het leven. Rust en vrolijkheid is wat ik nu voel.”



Het verhaal van
Aisha, 23 jaar

Aisha

Mijn naam is Aisha, ik ben 23 jaar en kom uit Den Haag. Momenteel ben ik werkzaam als secretaresse bij een advocatenkantoor. De dingen die ik leuk vind om te doen zijn: paardrijden, films kijken, sporten en shoppen met vriendinnen. Ik ben blij dat iemand dit onderzoek doet en mijn verhaal hiervoor kan gebruiken. Mijn verhaal deel ik dan ook graag met jullie.

Mijn verhaal is niet super lang of heftig, maar wel iets wat veel effect heeft gehad op mij. Het verhaal speelt zich af tussen mijn 19e en 21e. Ik heb een hele normale jeugd gehad. Opgegroeid in een liefdevol gezin. Mijn ouders zijn altijd heel lief voor me geweest en hebben mij altijd gesteund in alles wat ik doe. Ook tijdens mijn puberteit waren er geen grote problemen of issues. Ik deed mijn best op school en had op mijn 16e mijn vmbo-t diploma gehaald. Na mijn vmbo-t ben ik dan ook aan het mbo gaan studeren voor sociaal werker. Hiervoor heb ik natuurlijk studiefinanciering en een studenten-ov aangevraagd. Alles ging gewoon goed. Ik betaalde mijn zorgkosten en mijn andere vaste lasten gewoon op tijd. Ik genoot van mijn leven. Op school ging het ook goed. Ik vond de studie echt leuk en haalde mooie cijfers. Hierdoor heb ik dan ook op mijn 19e deze studie kunnen afronden. Ik keek ernaar uit om aan het werk te kunnen gaan en te kunnen beginnen aan mijn carrière.

Alles leek goed te gaan. Ik had een leuk baantje bij het jongerenwerk in Zoetermeer en woonde op mijzelf in Den Haag. Helaas ging het ineens helemaal mis. Eerst raakte ik mijn baantje kwijt, omdat er werd bezuinigd. Hierdoor kwam ik thuis terecht en had ik tijdelijk geen inkomen. Vervolgens kreeg ik te horen dat ik mijn studenten-ov niet had stopgezet. Ik heb dus 1,5 jaar gereisd met mijn studenten-ov zonder dat ik hier recht op had.

“Zet u uw studentenreisproduct te laat stop en blijft u ermee reizen? Dan krijgt u een boete. In de 1e maand nadat uw recht op het studentenreisproduct is afgelopen, is de ov-boete € 78,29 per halve maand. Gebruikt u het ná die 1e maand, dan is de boete € 156,58 per halve maand. De 1e helft van de maand loopt daarbij tot en met de 15e van de maand” (DUO, 2021).

De boete die ik kreeg was dus heel hoog. Ik schoot echt direct in een paniekaanval. Hoe heb ik dit kunnen laten gebeuren, dacht ik. Juist ik ben

altijd heel netjes met betalen en het regelen van mijn papierwerk. Het bleek dus dat ik al meerdere waarschuwingen heb gehad via “MijnDuo” en via “StudieLink” hier heb ik na mijn studie nooit meer op gekeken. Ik kon mezelf wel voor mijn kop slaan. Al die tijd dacht ik dat ik op krediet reisde en dit kon declareren bij mijn werkgever. Maar het bleek dus dat ik al deze tijd met mijn studenten-ov heb gereisd. Alles leek ineens in te storten. Ik had geen werk meer en ik had een schuld van wel duizenden euro’s. Nog nooit in mijn leven heb ik me zo slecht gevoeld. Ik voelde me eenzaam en depressief. Ook schaamde ik mij voor mijn problemen. Mijn huur kon ik niet meer betalen. Op een gegeven moment ging ik geld lenen bij mijn broer om de huur te kunnen betalen.

De reden dat ik zo eenzaam was, was dat niemand mij kon helpen. Ik belde met verschillende instanties, maar niemand die mij wilde bijstaan. Ik belde met onder andere DUO en de Gemeente Den-Haag, maar beide partijen konden niks voor mij doen. Ik merkte ook dat mijn ADHD weer ging opspelen. Mijn hoofd zat helemaal vol en ik kon niet rustig nadenken. Constant was er druk in mijn hoofd, ik werd er echt ziek van. Dit was ook het punt dat ik besloot naar mijn huisarts te gaan. Na lichamelijk onderzoek bleek er gelukkig niks aan de hand te zijn. Mijn huisarts had mijn doorgestuurd naar de POH (praktijkondersteuner GGZ). Met haar kon ik in gesprek gaan over mijn problemen. Dit heeft mij heel erg geholpen. Na een aantal sessies had ik wat meer rust in mijn hoofd. Ook had ik weer medicatie voor mijn ADHD.

Nu het lichamelijk en geestelijk weer iets beter ging, kon ik verder met het opzoek gaan naar een baan. Een vriendin van mij heeft mij hierbij geholpen. Ik kon gelukkig aan de slag als receptioniste bij een distributiecentrum. Mijn huur kon ik gelukkig weer betalen. In de tussentijd heb ik ook een betalingsregeling kunnen treffen voor mijn schulden bij DUO. Ik vind het wel jammer dat zij mij niet eerder konden helpen en ondersteunen.

Nu ben ik 23 jaar en alles gaat gelukkig weer beter. Ik ben nog bezig met het aflossen van de boete, maar het einde begint in zicht te komen. Op het werk bij het advocatenkantoor gaat het goed en ik kan binnenkort zelfs een stapje hoger op. Het enige waar ik nog mee zit, is dat niemand mij kon helpen. Ik had zo graag gehad dat ik ondersteuning had gekregen vanuit bijvoorbeeld de gemeente.”

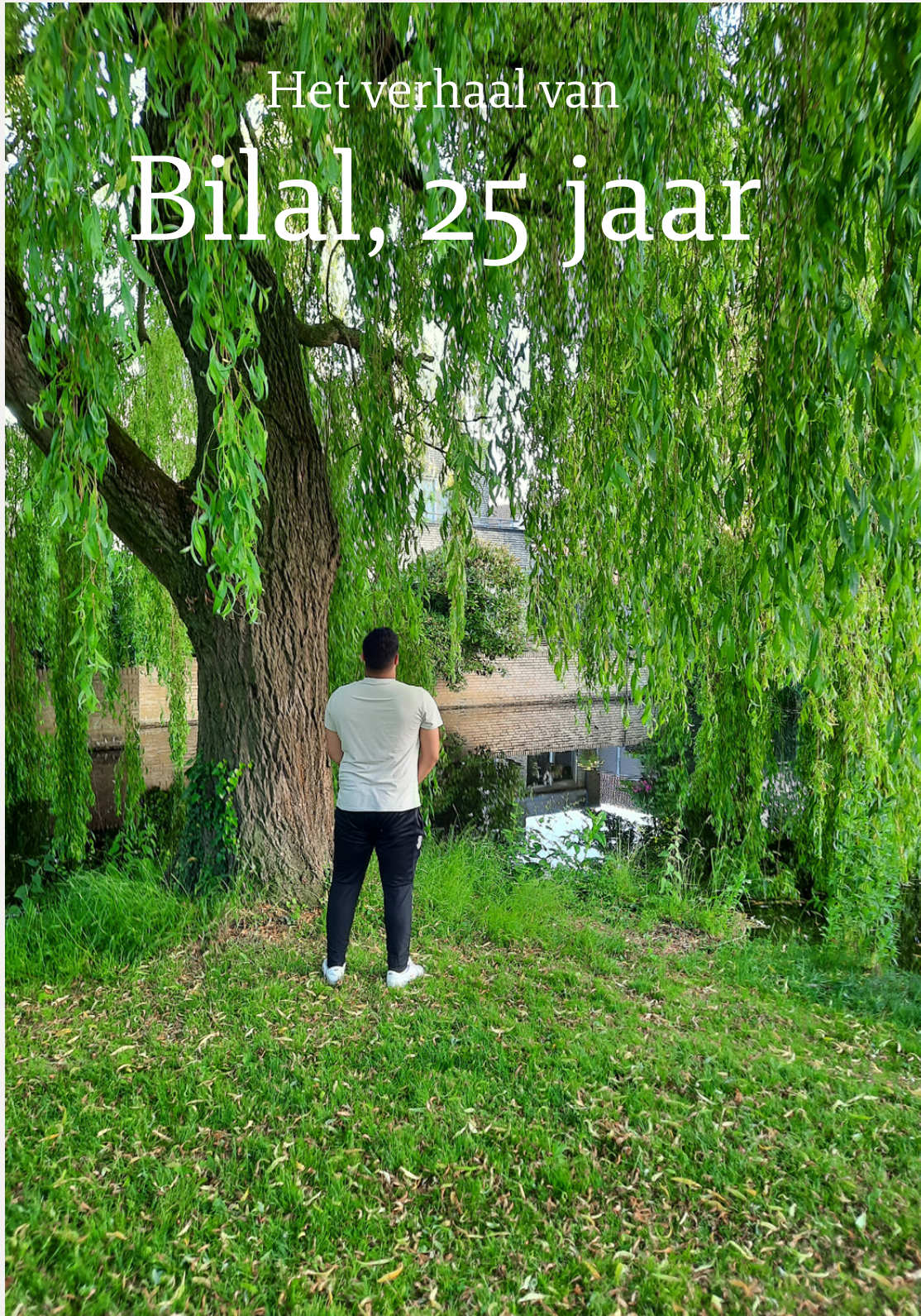
Analyse van het verhaal van Aisha

In het verhaal van Aisha is te lezen dat zij direct een paniekaanval kreeg toen zij te horen kreeg dat zij een boete had bij DUO. De schulden in combinatie met het verliezen van haar baan resulteerde in eenzaamheid en een depressie. Ook schaamte speelde een rol in het verhaal Aisha. Uit onderzoek blijkt dan ook dat één op de zeven Nederlanders zich schaamt voor zijn of haar financiële situatie (Willen, 2019).

Aisha geeft in haar verhaal aan dat zij zich eenzaam voelde. Volgens de literatuur leidt schaamte tot eenzaamheid en minder sociale contacten. In de literatuur wordt hier gesproken over een vicieuze cirkel. Want verslechtering van de financiële situatie leidt tot nog minder contacten, die weer leiden tot een nog slechtere financiële situatie (Willen, 2019).

Een ander punt in dit verhaal is het wegvallen van het contact tussen Aisha en DUO. De vraag is of Aisha wel goed op de hoogte was van het in de gaten blijven houden van belangrijke berichten in mijnDUO. Kortgeleden was in het nieuws te lezen dat het landelijke studentenvakbond (LSVb) vindt dat DUO te weinig doet aan voorlichtingen (Dulk, 2021). Een degelijke voorlichting van DUO had wellicht veel kunnen betekenen voor Aisha.

“Nog nooit in mijn leven heb ik me zo slecht gevoeld. Ik voelde me eenzaam en depressief. Ook schaamde ik mij voor mijn problemen.”



Het verhaal van

Bilal, 25 jaar

Bilal

Fijn dat je naar mijn verhaal wilt luisteren. Ik zal mijzelf eerst voorstellen. Mijn naam is Bilal, ik ben 25 jaar en kom uit Utrecht. Op dit moment ben ik werkzaam bij een kaasboer in Woerden. Ik studeer commerciële economie op MBO 4 niveau. Ik ben geboren in Nederland, maar mijn ouders komen uit Marokko. Dit voorstellen doet mij gelijk denken aan de vele sollicitatiebrieven die ik heb moeten schrijven haha.

Mijn verhaal speelt zich af tussen mijn 16e en 23e levensjaar. Vroeger hebben wij het thuis nooit breed gehad. Ik ben de jongste uit een gezin van 8. Mijn vader is als gastarbeider naar Nederland gekomen en verdiende net genoeg geld om ons allemaal te onderhouden. Er was vroeger nooit ruimte voor uitstapjes, mooie kleren of vakanties. In mijn kindertijd heb ik mijzelf daar niks van aangetrokken. Ik gebruikte mijn fantasie en kon altijd wel iets leuks doen, ondanks dat er geen geld was. Naar mate ik ouder werd, begon ik mezelf meer druk te maken om geld.

In mijn puberteit begon mijn onzekerheid. Ik zag dat veel vrienden van mij dure spullen hadden en merkkleding droegen. Zelf had ik geen merkkleding of dure spullen. Op dit moment had ik ook geen bijbaantje of ander soort inkomen. Ik was compleet afhankelijk van mijn vader. Mijn vrienden deden ook vaak dingen die geld kosten. Dit doet mij gelijk denken aan een grappig verhaal. Mijn vrienden wilden vaak naar de bioscoop. Als ik mijn vader dan 10 euro vroeg had hij dit helaas niet voor mij. De eerste paar keer vertelde ik mijn vrienden dat ik een afspraak had of dat ik mijzelf niet zo lekker voelde. Dit gaat op gegeven moment natuurlijk opvallen, maar ik durfde mij vrienden echt niet te vertellen dat ik het geld er niet voor had. Ik heb een trucje ontwikkeld. Op een dag besloot ik mee te gaan, maar geen kaartje te kopen. Ik en mijn vrienden liepen richting de bioscoop en net voor de deur zei ik dat ik even naar het toilet ging en ze alvast naar de zaal konden lopen. Ik ging dan op een hoekje staan tot mijn vrienden hun tickets kochten en naar binnen liepen. Als mijn vrienden binnen waren liep ik dan heel zachtjes achter de bewaker langs en glipte ik de zaal in. Ik ben hier niet trots op, maar ik kan er nu wel om lachen.

Terug naar het verhaal. Rond mijn 16e begon mijn onzekerheid betreft het

hebben van mooie kleren en spullen. De onzekerheid was zelfs zo erg dat ik soms niet in slaap kon vallen. Ik lag dan soms een hele nacht te piekeren. Ook merkte ik dat ik mijzelf minder goed kon concentreren. Ik voelde mezelf minder waard dan mijn vrienden. Ik ging opzoek naar eigen inkomen. Het was destijds een lange zoektocht, maar ik kon uiteindelijk terecht bij de pizza-bakker in Overvecht. Ik mocht pizza's gaan langsbrengen op de scooter. Natuurlijk had ik geen scootercertificaat, maar dit had ik niet verteld. Ik wilde zo graag geld verdienen dat ik soms de waarheid achterhield. Ik heb toen 2 jaar pizza's bezorgd voor 4 euro per uur. Ik deed dit elke dag en al mijn verdiende geld ging naar dure schoenen of een nieuwe telefoon. Ik spaarde niks. Tot mijn 18e was dit geen probleem, omdat ik geen vast lasten had.

De geldproblemen begonnen vanaf mijn 18e. Ik bezorgde nog steeds pizza's en mijn geld gaf ik meestal al uit voordat ik het überhaupt binnen had. Ik kocht elke maand nieuwe schoenen van minimaal 150 euro per paar. Na mijn 18e kreeg ik studiefinanciering, omdat ik een mbo 2 opleiding volgde. Ik kreeg toen ongeveer 435 euro per maand aan studiefinanciering. Hiervan moest ik natuurlijk mijn schoolspullen betalen en het kon mij helpen bij het betalen van mijn vaste lasten. Ik moest nu namelijk een eigen zorgverzekering hebben en school was niet meer gratis. Echter, maakte ik me niet druk om mijn vaste lasten. Ik vond het belangrijker om dure spullen te kopen en voor te komen als iemand die veel geld had. Mijn status was op dit moment belangrijker voor mij dan mijn vaste lasten.

Je kan het al raden! Mijn bankaccount was de 24e (de dag dat de studiefinanciering wordt overgemaakt) van elke maand gelijk weer leeg. Ik leefde dan 2 tot 4 dagen alsof ik superrijk was. Ik betaalde mijn zorgverzekering elke maand te laat. Hierdoor kreeg ik vaak een herinnering toegestuurd. Ik hoor mijn moeder nu nog in het Marokkaans zeggen "wat zijn dit voor brieven". Mijn moeder sprak geen Nederlands, dus ik verzon altijd wel iets om een preek te vermijden. Ik merkte dat het met mijn levensstijl steeds lastiger werd om rond te komen. Ik ging dan ook opzoek naar een baantje waar ik meer kon verdienen dan bij de pizzeria. Ik ging solliciteren bij verschillende bedrijven en schreef mezelf in bij een uitzendbureau. Helaas kon ik niks vinden. Ik heb in deze periode zo vaak nee gehoord. Dit maakte mij alleen nog onzekerder. In deze tussentijd moest ik mijn vaste lasten nog wel betalen. Er is zelfs een periode geweest dat ik geld van mijn neef ging lenen om mijn betalingsachterstand bij de zorgverzekering af te betalen. Dit zorgde ervoor dat ik niet

alleen schulden maakte bij de overheid, maar ook bij familieleden.

Tussen mijn 18e en 21e heb ik dan ook echt drie jaar met stress geleefd. Het voelde alsof ik moest overleven. Ik had op een gegeven moment 2150 euro schuld bij mijn neven. Ik werd dagelijks gebeld wanneer ik dit terug ging betalen. Mijn onzekerheid en de drang om erbij te horen hebben ervoor gezorgd dat ik in dit schuitje terecht was gekomen. Ik was oprecht niet gelukkig in deze periode.

Gelukkig heb ik op een gegeven moment een docent ontmoet die mij begreep. Hij merkte dat ik weinig op school was en vaak te laat was met het inleveren van verslagen. Toen ik een keer op school was, heeft hij mij apart genomen om het gesprek aan te gaan. Ik heb toen voor het eerst in mijn leven, mijn verhaal gedeeld. Alle emoties kwamen omhoog en ik heb toen oprecht moeten huilen. Ik vertelde deze docent dat ik schulden heb bij familieleden, slecht slaap, stress heb en mijzelf minderwaardig voel dan de rest. Ook vertelde ik hem dat ik geen baantje kon vinden, omdat ik overal werd geweigerd. Deze docent heeft mij toen doorverwezen naar de vertrouwenspersoon op school.

Mijn doel was het terugbetalen van mijn schulden en het afkomen van de onzekerheid. Ik kreeg dan ook vanuit school hulp met het solliciteren. Al snel heb ik hierdoor een baantje kunnen vinden bij de Praxis. Dit verdiende veel beter dan het rondbrengen van pizza's en ik vond het ook oprecht leuk werk. Ik voelde me eindelijk gehoord en begrepen. Dit was ook een moment dat ik mezelf een keer niet onzeker voelde. Elke maand legde ik 200 euro van mijn salaris opzij en een jaar later had ik mijn schulden afgelost. Ook zag ik het nut er niet meer van in om schoenen te kopen van 300 euro. Ik kocht nu wat ik mooi vind en niet wat de rest mooi vindt.

Nu ben ik 25 jaar en heb ik mijn financiën op orde. Ik hoop na mijn studie een eigen bedrijf te kunnen beginnen. Ik raad iedereen aan om blij te zijn met wie je bent. En materiaal blijft materiaal waar het echt om gaat is wat er in jouw hart zit!"

Analyse van het verhaal van Bilal

Bij Bilal is te lezen dat onzekerheid en groepsdruk een grote rol hebben gespeeld bij het ontstaan van zijn problemen. Bij de groep horen was voor Bilal

belangrijker dat zijn vaste lasten. Ook in dit verhaal heeft stress een grote rol gespeeld. Zo geeft Bilal aan drie jaar met stress te hebben geleefd. Wat stress met een mens kan doen is eerder besproken bij de analyse van het verhaal van Anna. De onzekerheid die Bilal had valt onder psychische problematiek.

Onzekerheid is een bekend psychisch fenomeen. Ook vanuit de literatuur kan onzekerheid leiden tot financiële problemen (Gezondheidsplein, 2019). De onzekerheid kan resulteren in een minderwaardigheidscomplex. Dit is ook in het verhaal van Bilal terug te lezen. Jongeren hebben dan het gevoel altijd tekort te schieten. Zij leiden dan onder schaamte- en schuldgevoelens over het eigen falen (Gezondheidsplein, 2019). Tot slot kan onzekerheid zelfs leiden tot een gegeneraliseerde angststoornis. Hierbij heerst er continu een gevoel van angst zonder specifieke reden (Gezondheidsplein, 2019).

Groepsdruk komt ook naar voren in dit verhaal. Bilal geeft namelijk aan dat hij altijd bij de groep wilde horen. Anne Struik, projectleider van MoneyWays geeft in een interview aan, dat groepsdruk een heus probleem is bij de huidige generatie (Struik, 2015). Docenten geven aan dat er leerlingen zijn die hun ouders onder druk zetten om de nieuwste iPhone te kopen, terwijl zij niet eens het schoolgeld kunnen betalen (Struik, 2015). Tot slot geeft Bilal ook aan zich te hebben geschaamd voor zijn financiële situatie. De sociaal-emotionele druk is hoog.

Tot slot is ook uit het verhaal duidelijk geworden dat Bilal een laag zelfbeeld had. Hij ervaarde negatieve gevoelens als hij niet bij de groep hoorde. Deze negatieve gevoelens probeerde Bilal te compenseren met dure schoenen enz. Het begrip hiervoor is compensatieschulden (Eerstehulpbijschulden, 2021). Bij compensatieschulden is het belangrijk om de problemen die de basis vormen van de schuldsituatie op te lossen.

“Toen ik een keer op school was, heeft hij mij apart genomen om het gesprek

Het verhaal van Sander, 20 jaar



Sander

Mijn naam is Sander, ik ben 20 jaar en wil graag mijn verhaal met jullie delen. Eerst twijfelde ik een beetje, omdat ik mijzelf schaam en onzeker ben over hetgeen waar ik tegen aan liep. Echter werd mij verteld dat er nog meer jongeren zijn met dezelfde uitdagingen en dus ben ik mijzelf gaan inlezen. Ik kwam veel blogs tegen met verhalen waarin ik mijzelf terug kon vinden. Dit was voor mij de reden om over mijn onzekerheid te stappen en mijn verhaal te delen.

Ik kom uit een hecht gezin van 4. Ik woon samen met mijn ouders en mijn broertje van 12 jaar. Mijn jeugd was heel fijn. Papa en mama zorgde altijd voor mij en ik kreeg vaak leuke dingen van ze. Wel had ik vaak ruzie met mijn broertje, omdat hij mij niet altijd goed begreep. Ik heb namelijk een autisme spectrum. Bij mij houdt dit in dat ik niet altijd goed kan omgaan met mijn gevoelens en mijzelf soms ook niet begrijp. Hierbij is het ook zo dat ik het vaak heel druk heb in mijn hoofd en het lastig vindt om te concentreren. Orde en structuur zijn belangrijk voor mij. Ook met mijn geldzaken is het belangrijk dat ik een goede structuur en orde handhaaf. Hiervoor heb ik veel hulp gekregen van mijn begeleidster van het ASZW. Helaas is het niet altijd goed gegaan met mijn financiële verantwoordelijkheden, met name toen ik 18 jaar werd ging het eerst helemaal niet goed.

Voor mijn 18e was het lekker makkelijk, toen werd alles automatisch of door mijn ouders geregeld. Toen ik 18 jaar werd moest ik ineens van alles zelf regelen. Ik kan persoonlijk heel slecht tegen verandering. Vanaf dit moment mocht ik ook mijn eigen bankpas overal meenemen. Ik kwam erachter dat ik vanaf nu mijn eigen zorgverzekering moest betalen. Naast mijn zorgverzekering moest ik ook schoolgeld betalen. Gelukkig ging dit automatisch en hoefde ik mijzelf hier niet druk over te maken. Naast de automatische incasso's was er voor mij ook een maandelijkse last die ik wel handmatig moest overboeken. Dit ging over een maandelijks bedrag van 19 euro voor CAK. Dit bedrag betaalde ik voor de begeleiding die ik kreeg. De eerste drie à vier keer lukte het mij nog om hieraan te denken. Ik boekte het bedrag op tijd over. Op een gegeven moment kreeg ik het drukker met school en zat ik ook minder goed in mijn fel. Ik sprak weinig met mijn ouders en meldde mijzelf vaak ziek bij mijn begeleidster. In deze periode keek ik ook

niet op mijn bank-app, wat ik voorheen wel vaak deed. Als de brieven van het CAK binnenkwamen schoof ik het voor mij uit.

Ik liep ineens vijf maanden achter met het betalen aan het CAK. Als mijn ouders vroegen of ik had betaald, antwoorde ik maar altijd gewoon met ja. Dit deed ik om discussies te voorkomen. Ik merkte namelijk dat ik mijn gevoelens niet meer goed onder controle had. Verdriet wisselde zich af met lachbuien zonder specifieke reden. Als ik nu terugblik naar die tijd ben ik trots op mijzelf dat ik mijn gevoelens nu wat meer begrijp. De echte omkeer begon toen ik in gesprek ging met mijn begeleidster.

Het was een vrijdagmiddag toen mijn begeleidster thuis langs kwam om met mij te praten. Eerst vroeg ze hoe het nou echt met mij ging. Mijn antwoord was dat ik niet meer goed in mijn fel zat en vaak verdrietig was. Ik vertelde ook eerlijk dat ik veel druk ervoer van de maandelijkse kosten waar ik steeds aan moest denken. Mijn begeleidster sprak rustig met mij en legde uit dat ze mij begreep. Ik voelde mij gehoord. Ze wilde mij graag met mij opzoek naar een oplossing hoe ik minder druk zou ervaren wat betreft de maandelijkse kosten. Want het probleem was niet dat ik geen geld had, maar het voor mij uitschuiven en dan vergeten. Mijn begeleidster liet mij toen een trucje zien hoe ik met mijn bankierenapp automatisch elke maand een opdracht van 19 euro kon laten versturen naar het CAK. Hierdoor hoefde ik dit niet meer handmatig te doen. Ook had mijn begeleidster ervoor gezorgd dat ik de achterstand die ik had in termijnen kon betalen. Ik hoefde dus gelukkig niet in één maand 114 euro te betalen. Een ook hiervoor hadden wij samen een automatische opdracht opgesteld in mijn bankierenapp.

Nu gaat het een stuk beter met mij. Ik krijg nog steeds begeleiding en leer mijn gevoelens steeds beter begrijpen. Gelukkig ervaar ik geen druk meer van maandelijkse lasten waar ik aan moet denken. Alles gaat automatisch en dat zorgt ervoor dat ik wat meer rust heb. Met autisme spectrum is het namelijk lastig om aan veel dingen te denken. Ik heb wel geleerd om eerder om hulp te vragen. Ook heb ik geleerd dat ik veel geldzaken automatisch kan laten gebeuren.

Bedankt voor luisteren naar mijn verhaal.”

Analyse van het verhaal van Sander

Het is duidelijk dat het voor Sander belangrijk is dat hij structuur en orde heeft. Sander geeft ook aan dat hij het lastig had met de plotselinge veranderingen na zijn 18e. Mensen die lijden aan autisme hebben grote moeite met veranderingen. Deze mensen doen graag vaak hetzelfde en houden van orde en structuur. Mensen met autisme houden hun wereld het liefst zo klein en overzichtelijk mogelijk (Psyq, 2021).

Mensen met autisme lopen een verhoogd risico op financiële problemen. Hierbij heeft het niet altijd te maken met te veel uitgeven, maar met het gebrek aan een overzicht over uitgaven (Autismedigitaal, 2021). Dit is ook het geval geweest bij Sander. Sander had behoefte aan overzicht over zijn rekeningen. Hierbij heeft hij hulp gehad van zijn begeleidster.

Uit een internationaal onderzoek is gebleken dat 26% van de Britse jongeren met autisme schulden heeft (buiten een studieschuld of hypotheek) (Autismedigitaal, 2021). Hier volgen een aantal korte ervaringen van jongeren met autisme die financiële problemen ondervonden.

“Ik heb vier jaar in de schuldsanering gezeten. Ik had niet zozeer last van te veel geld uitgeven, maar van gebrek aan overzicht. Ik ben heel slecht in administratie en had geen idee van wat nog betaald moest worden en van hoeveel ik nog te besteden had.” (Autismedigitaal, 2021)

“Ik heb moeite met financiële dingen en wordt er gestrest van. Ik heb een mobiele telefoon gekregen, maar veel te veel uitgegeven aan mobiele data voor spelletjes. Ik weet niet hoe ik dat moet betalen. Daarom heb ik bewindvoering aangevraagd, om het op te lossen en te voorkomen dat ik weer in de schulden kom.” (Autismedigitaal, 2021)

“Ik heb er acht jaar over gedaan om mijn bachelor te behalen. Dat is nu vijf jaar geleden, maar ik heb nog steeds geen baan. Het enige wat ik overgehouden heb aan mijn studie is een enorme studieschuld. Dat maakt me even angstig over het nooit vinden van een baan als over het ooit wel vinden van een baan.” (Autismedigitaal, 2021)

Sander heeft geluk gehad dat hij goed kon praten met zijn begeleidster. Door zijn begeleidster kon Sander structuur krijgen in zijn geldzaken. Sander geeft aan dat mensen met autisme meer hulp moeten krijgen in het overzichtelijk maken van hun geldzaken. Banken kunnen hier goed bij helpen door applicaties te ontwikkelen voor deze doelgroep. Deze applicaties waarin geldzaken geregeld kunnen worden, dienen dan simpel en overzichtelijk te zijn.

“Voor mijn 18e was het lekker makkelijk, toen werd alles automatisch of door mijn ouders geregeld. Toen ik 18 jaar werd moest ik ineens van alles zelf regelen.”



Het verhaal van Willian, 23 jaar

Willian

Mijn naam is Willian, 23 jaar en momenteel doe ik de opleiding SocialWork aan de hogeschool Utrecht. In mijn vrije tijd doe ik veel aan sporten en ben veel met mijn vrienden. De laatste tijd zit ik lekker goed in mijn vel en geniet van het leven. Dit was niet altijd zo, ik wil dan ook graag mijn verhaal delen.

In mijn tienerjaren heb ik bepaalde trauma's meegemaakt. Dit is mij altijd blijven volgen. Het begon toen mijn opa op een gruwelijke wijze werd vermoord. Ik had een goede band met mijn opa. Kort hierna is er ook ingebroken bij ons thuis. Op dit moment was ik 19 jaar. Deze gebeurtenissen hebben mij toen heel veel gedaan. Ik kon niet meer goed slapen, omdat ik constant bang was. Ook als ik buiten liep was ik continu op mijn hoede. Ik vertrouwde niks en niemand. Iedereen die langsloep zag ik als iemand die mij iets wilde aandoen. Hierdoor kwam ik liever niet buiten. Waar ik ook heel erg mee zat, is dat ik vaak dacht dat ik een erge ziekte had. Soms kon ik een hele nacht liggen stressen om een moedervlek of een knobbeltje dat ik voelde. In deze periode had ik ook geen oog voor mijn financiële verplichtingen. Het was niet dat ik echt schulden had, maar ik had wel betaalachterstanden. Ik kon wel makkelijk geld uitgeven aan leuke dingen, maar vond het lastiger om mijzelf ertoe te zetten om alle betalingen te doen. Ik stelde het liever uit, omdat het mij een negatief gevoel gaf.

Het ging opeens zo slecht dat zelfs mijn ouders begonnen te merken dat het niet goed ging met mij. Zij vertelden mij toen dat ik een afspraak moest maken bij de huisarts. Bij de huisarts kreeg ik te horen dat ik hypochondrie had. Ik maakte mij blijkbaar onnodig druk over mijn lichaam. Een verwijzing naar de praktijkondersteuner zou moeten helpen. Na twee afspraken gehad te hebben werd ik doorverwezen naar de psycholoog. Bij de psycholoog was het eigenlijk voor eerst dat ik echt open begon te spreken over mijn problemen. Ik vertelde haar over mijn angsten, mijn onzekerheden en over mijn financiële moeilijkheden. Het waren altijd hele fijne en persoonlijke sessies. Ik voelde mij gehoord. De tip die ik na elke sessie kreeg was om rust te creëren in mijn hoofd. Dit kon ik doen door elke dag mijn actiepunten van de dag op te schrijven. In deze actiepunten zette ik ook om de drie dagen "kijken naar financiële verplichtingen". Rust en structuur keerde steeds meer terug in mijn

leven. Het slapen ging ook beter, omdat ik niet meer bleef piekeren als ik in bed lag.

Nu gaat het gelukkig heel goed met mij. Ik heb een leuke bijbaan en volg een leuke studie. Af en toe heb ik nog wel last van angsten, maar ik kan hier nu beter mee omgaan. In mijn verhaal is het gelukkig niet gekomen tot echte schulden. Maar ik weet zeker dat als ik niet op tijd hulp had gehad, dat ik wel in financiële moeilijkheden zou komen. Wat ik wil bereiken met mijn verhaal is, dat mensen op tijd hulp durven te vragen. Schaam je vooral niet, want iedereen heeft wel iets waar hij of zij mee zit. Wanneer je op tijd om hulp vraagt kan je veel problemen voorkomen.

Analyse van het verhaal van Willian

Uit het verhaal van Willian blijkt dat praten over zijn problemen hem heeft geholpen. Willian geeft dan ook aan niet in de schulden te zijn gekomen. Hierbij zegt hij wel direct dat als hij geen hulp had gehad, hij wel in de schulden was gekomen. Praten over schulden- of psychisch problematiek wordt nog steeds gezien als een taboe. Het is belangrijk dat hier wel over wordt gesproken, want alleen hiermee kan je hulp krijgen (SpeakingMinds, 2021). Uit het verhaal van Willian blijkt ook hoe belangrijk het is om op tijd over deze onderwerpen te praten.

Willian gaf aan het eind van het interview aan dat hij hoopt dat door zijn verhaal meer mensen gaan praten over hun problemen.

“Ik vertelde haar over mijn angsten, mijn onzekerheden en over mijn financiële moeilijkheden. Het waren altijd hele fijne en persoonlijke sessies. Ik voelde mij gehoord. De tip die ik na elke sessie kreeg was om rust te creëren in mijn hoofd”

CONCLUSIE

Het doel van dit onderzoek was op zoek gaan naar de correlatie tussen schulden- en psychische problematiek bij jongeren. Het is duidelijk dat hier nog weinig over bekend is. Gelukkig zijn er vijf jongeren geweest die hun verhaal hebben gedeeld, waardoor er een beeld kan worden geschetst van de leefwereld van jongeren die kampen met schulden- en psychische problematiek. Uit deze verhalen blijkt dan ook dat jongeren wel degelijk last hebben van beide problemen. Terugkijkend naar de cijfers is er genoeg reden om aan te nemen dat er meer jongeren zijn die tegen deze problemen aanlopen.

Uit de ervaringsverhalen is gebleken dat alle vijf de jongeren stress ervaarden door hun geldproblemen. Ook is te lezen dat de jongeren over hun problemen gingen praten en daardoor er weer boven op zijn gekomen. Praten over schulden- en psychisch problematiek is dus heel belangrijk. Helaas heerst hier nog wel een groot taboe op. Wat merkwaardig is, omdat er blijkbaar heel veel jongeren zijn die kampen met deze problemen.

Er dient meer onderzoek te komen naar de correlatie tussen schulden- en psychische problematiek bij jongeren. Ook dient dit onderwerp meer bespreekbaar te worden gemaakt. De ervaringsverhalen van de jongeren kunnen hieraan bijdragen, doordat ervaringsverhalen zorgen voor erkenning en herkenning. Wanneer er meer jongeren durven te spreken over deze onderwerpen, kan er ook gericht hulp worden gegeven.

Kortom er is nog te weinig bekend over de correlatie tussen schulden- en psychische problematiek. Met de ervaringsverhalen van de jongeren is er een mooi beeld over dit onderwerp geschetst. De ervaringsverhalen in combinatie met de beschikbare cijfers geven zeker weer dat er meer jongeren zijn die kampen met deze problemen. Om deze jongeren gericht hulp te kunnen bieden is vervolgonderzoek nodig.

ACTIE

Tot slot is het van belang dat er nu actie wordt ondernomen voor de jongeren die last hebben van psychische- en schuldenproblematiek. In dit kennisdocument zijn het vijf ervaringsverhalen, maar er zijn zoveel meer jongeren die tegen dergelijke problemen aanlopen. De beschikbare cijfers bevestigen dit ook. In het verhaal van Willian is te lezen dat hij op tijd geholpen is, en zo niet verder in de problemen is geraakt. Met de juiste acties kan ervoor gezorgd worden dat meerdere jongeren net als Willian op tijd geholpen worden.

Met dit kennisdocument is er een goed beeld geschetst van de leefwereld van jongeren die last hebben van psychische- en schuldenproblematiek. De literatuur ondersteund deze verhalen, en beschikbare cijfers laten zien dat dit probleem groeit. Het is nu tijd dat deze jongeren worden gehoord en op de juiste manier worden geholpen.

BIBLIOGRAFIE

Autismedigitaal. (2021, 11). Autisme. Opgehaald van Autismedigitaal: <https://www.autismedigitaal.nl/avn/schulden/#:-:text=Mensen%20met%20autisme%20lopen%20een%20verhoogd%20risico%20op%20financi%C3%ABle%20problemen,en%20financieel%20bedrog%20door%20derden>.

banken, N. v. (2021, 11). Ikengeld. Opgehaald van Ikengeld: <http://www.ikengeld.nl/>

BKR. (2020). Schulden monitor Jaarrapport. Tiel: Stichting BKR.

Dulk, S. (2021, 5 14). Geld. Opgehaald van AD: <https://www.ad.nl/geld/hoe-bewust-lenen-studenten-duo-doet-te-weinig-aan-voorlichting-aea891c8/>

Eerstehulpbijschulden. (2021, 11). Compensatieschulden. Opgehaald van eerstehulpbijschulden: <https://eerstehulpbijschulden.nl/oorzaken/compensatieschulden/>

Gezondheidsplein. (2019, 5 10). Aandoeningen. Opgehaald van Gezondheidsplein: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/onzekeerheid/item31848>

Nederlandsjeugdinstituut. (2019, 6 5). Meer-psychische-problemen-bij-jeugd-vanaf-18-jaar. Opgehaald van Nederlandsjeugdinstituut: <https://www.nji.nl/nl/Actueel/Nieuws-uit-het-jeugdveld/2019/Meer-psychische-problemen-bij-jeugd-vanaf-18-jaar>

Nibud. (2021, 11). Financiële educatie. Opgehaald van Nibud: <https://www.nibud.nl/beroepsmatig/kennisgebieden/financiele-educatie/>

Psycholoog. (2021, 11). Klachten. Opgehaald van Psycholoog: <https://www.psycholoog.nl/klachten/schulden/#:-:text=Schulden%20kunnen%20dus%20leiden%20tot,van%20een%20ander%20psychosociaal%20probleem>.

Psycholoog. (2021, 11). psycholoog. Opgehaald van klachten: <https://www.psycholoog.nl/klachten/schulden/#:-:text=Schulden%20kunnen%20dus%20leiden%20tot,van%20een%20ander%20psychosociaal%20probleem>.

Psyq. (2021, 11). Autisme. Opgehaald van Psyq: <https://www.psyq.nl/autisme/autisme-en-lichaamstaal#:-:text=Als%20je%20aan%20een%20vorm,en%20structuur%20in%20je%20leven>.

Rijksoverheid. (2021, 11). achttien-jaar-woorden. Opgehaald van Rijksoverheid: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/achttien-jaar-woorden/vraag-en-antwoord/checklist-bij-18-jaar-woorden>

SpeakingMinds. (2021, 11). praten over schulden. Opgehaald van SpeakingMinds: <https://speakingminds.nl/praten-over-schulden/>

Struik, A. (2015, 10 14). Updates. Opgehaald van Diversion: <https://www.diversion.nl/updates/artikel-metro-vloggers-brengen-ouders-in-geldproblemen/>

Utrecht, U. (2021, 11). Stress. Opgehaald van UMC: <https://www.umcutrecht.nl/nl/ziekenhuis/ziekte/stress#:-:text=Stress%20kan%20leiden%20tot%20psychische,wordt%20of%20te%20lang%20duurt>.

Willen, S. (2019, 2 4). Sjoerd Willen. Opgehaald van Binnenlandsbestuur: <https://www.binnenlandsbestuur.nl/sociaal/nieuws/schaamte-maakt-vicieuze-cirkel-van-armoede-en.9607407.lynkx>

ZwanyHuiting. (2021, 11). ervaringsverhalen. Opgehaald van ZwanyHuiting: <https://storytellingindezorg.nl/verhalen-in-de-zorg/ervaringsverhalen.html>

