
Organisatie: Zinweb

Tekstsoort: interview

Door: Elice Sijbrandij

Schulden en geluk, gaat dat wel samen?

Het welzijnstijdperk, waarin zelfrealisatie centraal staat is tot bloei gekomen. Maar leidt deze nieuwe kijk op geld ook tot schuldvermindering of juist niet? En is zelfrealisatie wel mogelijk voor iemand met schulden? Een interview met expert Nadja Jungmann, door Elice Sijbrandij.

De trend de afgelopen jaren is een transformatie van een beleveniseconomie naar een betekenseconomie. Met andere woorden: het welzijnstijdperk, waarin zelfrealisatie centraal staat, is tot bloei gekomen. Maar leidt deze nieuwe kijk op geld ook tot schuldvermindering of juist niet? En is zelfrealisatie wel mogelijk voor iemand met schulden?

In het kader van Zinweb's themaspecial '[the meaning of money](#)' legde ik deze vraag voor aan Nadja Jungmann, Lector Schulden en Incasso aan de Hogeschool in Utrecht. Nadja Jungmann was als tiener al actief bij politieke jongerenorganisaties en kwam vervolgens tijdens haar stage in de Tweede Kamer in aanraking met het dossier armoedebestrijding. Ze was vanaf de eerste dag gegrepen door het verwante onderwerp schulden.



Nadja Jungmann

Maakt geld gelukkig?

Als we het hebben over of schulden mensen weerhouden van geluk, dan komen we eigenlijk direct bij de onderliggende vraag uit, namelijk: ‘maakt geld gelukkig’? Nadja Jungmann wijst naar het onderzoek dat hierover gedaan is:

‘Studies wijzen uit dat vanaf een bepaalde grens méér geld niet gelukkiger maakt. Het zit hem in die ‘vanaf grens’. Het niet hebben van geld verandert het gedrag van mensen. Ze gaan leven van dag tot dag, zijn vaker ziek, maken vaak langer gebruik van uitkeringen en kunnen last krijgen van psychische of fysieke klachten. Dit alles zorgt ervoor dat belangrijke waarden in het leven naar de achtergrond verschuiven.’

‘Ieder mens heeft een bepaald minimum nodig om rond te komen, en nog belangrijker, om *waardegericht* te kunnen leven. En die waarden zijn juist zo belangrijk voor geluk, voor zingeving, voor zelfrealisatie. Waardegericht leven is een leven gebaseerd op wat voor jou belangrijk is. In elke situatie handel je dus naar deze waarden. Bijvoorbeeld ‘gezond leven’ of ‘een goede moeder zijn’ Dus het antwoord is *nee*, geld is geen voorwaarde voor geluk, maar géén geld hebben is wel degelijk van invloed op geluk. Het is dus vooral ‘The meaning of NO money’.’

‘Je welzijn en geluk komt dus onder druk te staan als je basisbehoeften niet vervuld worden’

Schulden zijn van invloed op geluk, is dat inderdaad wat u beweert?

‘In mijn werk ga ik uit van de psychologische theorie van zelfdeterminatie. Binnen die theorie heeft elk mens drie aangeboren psychologische basisbehoeften: autonomie (de behoefte om keuzen te maken die passen bij wie je bent), betrokkenheid (de behoefte om je verbonden te voelen met anderen) en competentie (de behoefte om je kundig en bekwaam te voelen, te kunnen voldoen aan wat er van je verlangd wordt en doeltreffend met je omgeving om te kunnen gaan). De vervulling van deze basisbehoeften is bepalend voor je welzijn. Vervulde basisbehoeften leiden tot meer tevredenheid en maakt innovatiever, terwijl onvervulde basisbehoeften leiden tot bijvoorbeeld stress of weerstand en op lange termijn zelfs tot bijvoorbeeld negatieve zelfbeelden of psychische en fysieke klachten.’

‘Inhakend op deze theorie is mijn stelling dat door schulden deze psychologische basisbehoeften onder druk komen te staan. Kijk bijvoorbeeld naar de basisbehoefte *betrokkenheid*: als je financiële problemen hebt trek je je terug uit het sociale leven. Het cadeautje voor weer een verjaardag kun je niet betalen, het festival waar je vrienden heen gaan is te duur. Een voorbeeld van *autonomie* is baas zijn over je eigen budget. Dit staat onder druk als jouw budget wordt verdeeld door deurwaarders. Uitleg over wat dat met je *competentievermogen* doet is overbodig, je verlamt. Je welzijn en geluk komt dus onder druk te staan als je basisbehoeften niet vervuld worden en de gevolgen van schulden raakt elk van die basisbehoeften.’

Aan de ene kant is de trend ‘het welzijnstijdperk’, waarbinnen materie minder belangrijk is, maar aan de andere kant hoor je er niet bij als je niet de nieuwste iPhone hebt. Best een gekke tegenstelling, hoe ziet u dat?

‘Er is inderdaad een groep waarbij bezit minder belangrijk is geworden, maar dat is wel de groep die het zich kan veroorloven. Een groep die de luxe heeft van een keuze. Dat bezit

minder belangrijk is geworden durf ik tegelijkertijd ook nog wel te betwijfelen. Een keten als H&M drijft op het steeds vernieuwen van haar collecties. Dat leidt tot een tegenstelling tussen arm en rijk waarbij schaamte ook een rol speelt. Als je geen geld hebt om de nieuwste mode te kopen is het makkelijker om te zeggen dat je het niet belangrijk vindt dan te moeten toegeven dat je het niet kunt betalen.'

Inhakend op uw opmerking over het ontstaan van schulden, kan de huidige kijk op geld niet ook juist leiden tot nonchalance en daardoor tot meer schulden?

'Nou , zeker. Ik was toevallig onlangs op een training bij hypotheekverstrekkers waar dit ter sprake kwam. En dan komen we weer terug bij waardengericht leven, als familie voor jou bijvoorbeeld heel belangrijk is en je een grote familie hebt zal dit voorrang hebben bij de keuzes die je maakt. Dit kan leiden tot het niet betalen van de hypotheek bijvoorbeeld. Het ontstaan van schulden is namelijk vooral een vaste lasten issue en niet zozeer afhankelijk van het bestedingspatroon. Door de crisis zijn bij veel mensen de vaste lasten gestegen, maar de inkomens zijn niet meegestegen.'

'Op deze manier probeer ik bij te dragen aan bewustwording van financieel gedrag.'

Dit klinkt alsof het veel meer een maatschappelijk probleem is dan een individueel probleem, kunt u uitleggen wat u denkt dat er moet veranderen en hoe dat zich vertaalt in uw werk?

'Ik behandel allerlei vragen rondom schuldenproblematiek. Zoals, wat doet de wetgeving of hoe beïnvloed schulden gedrag. Dit doe ik door middel van onderzoek, het geven van lezingen of het spreken op congressen. Daarnaast adviseer ik en geef ik trainingen aan professionals die te maken hebben met mensen met schulden, zoals mensen uit wijkteams of re-integratie adviseurs.'

'In de trainingen die ik geef probeer ik de filosofie over te brengen om niet uitsluitend sancties uit te delen, maar de sancties in een context te plaatsen door het gesprek aan te gaan. In zo'n gesprek kan duidelijk worden dat de waarden die voor mensen belangrijk zijn in het geding komen als de schulden blijven oplopen. Dus hoe verhoudt wat je belangrijk vindt zich tot waar je op aankoerst.' Op deze manier probeer ik bij te dragen aan bewustwording van financieel gedrag en hoop ik mensen intrinsiek te motiveren na te denken over hoe ze zelf financieel gedrag kunnen beïnvloeden.'

'In het kader van de eerder genoemde nonchalance zouden zulke preventieve gesprekken met jongeren geen slecht idee zijn. Jongeren laten nadenken over wat ze nou echt belangrijk vinden en wat daarvoor nodig is. Zelfrealisatie dus.'

Meer weten over Nadja Jungmanna en haar publicaties? [Klik hier voor haar website.](#)