

WERKBOEK

Armoede beter begrijpen, verrijk je kennis in vijf dagen



Tips en handvatten uit
de Challenge Armoede 2023

Leeswijzer



In dit werkboek vind je achtergrondinformatie, kennis en tips waarmee je armoede beter kunt begrijpen en oorzaken en gevolgen kunt aanpakken. De inhoud van dit werkboek was onderdeel van de Challenge Armoede 2023 die Movisie organiseerde in aanloop naar de internationale dag tegen armoede, op 17 oktober. Met dit werkboek kun jij jouw eigen 'Week van de Armoede' organiseren!

In een vijfdaagse werkweek doorloop je de dagen samen met je collega's. Elke dag staat in het teken van een ander thema met daarbij een passende opdracht. Het is mogelijk om een andere volgorde te kiezen. De dag wordt steeds afgesloten met een afsluitende vraag en een terugblik. Ook hebben we per dag een aantal relevante artikelen uitgekozen. Succes!

De thema's per dag:

1. Oorzaken en gevolgen van niet kunnen rondkomen →

2. Stress en emoties bij armoede →

3. Een oordeelvrije basishouding →

4. Wees er vroeg bij →

5. Structurele problemen: vergroot jouw cirkel van invloed →

De Challenge Armoede 2023 is inmiddels voorbij, maar de informatie en opdrachten blijven relevant. Al meegedaan aan de week? Dan geeft dit werkboek jou de kans alles nog eens rustig na te lezen. Bekijk ook de 'meer weten' opties.

INTRO

Leeswijzer

Inleiding

Artikel

DAG 1

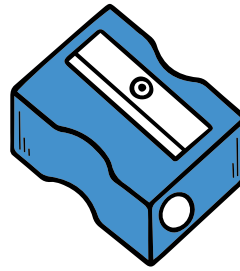
DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Inleiding



INTRO

Leeswijzer

Inleiding

Artikel

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Wil je armoede beter begrijpen en oorzaken en gevolgen van armoede aanpakken? Speciaal voor jou hebben we de 'Challenge Armoede beter begrijpen, verrijk je kennis in vijf dagen' ontwikkeld. Met de informatie en opdrachten doe jij kennis op waarmee je armoede beter kunt begrijpen en agenderen. En spijker je je vaardigheden bij waarmee je mensen beter kunt ondersteunen.

Het overkoepelende thema van de Challenge Armoede 2023 was: 'Wat werkt wel?' met nadruk op de inbreng van ervaringsdeskundigen. De week verrijkt deelnemers met kennis over geldzorgen en -problemen, langdurige armoede en wat dit met mensen doet. We gingen in op oorzaken en gevolgen van niet kunnen rondkomen, stress en emoties bij armoede en schulden, het belang van vroegsignalering en de structurele oorzaken van armoede.

De Challenge Armoede geeft uitvoerende professionals, vrijwilligers, ervaringsdeskundigen, beleidsmakers, studenten en andere geïnteresseerden achtergrondinformatie en aanknopingspunten om armoede te signaleren en aan te pakken.

Waarom je de opdrachten zeker moet doen:

- Je spijkert op een laagdrempelige en snelle manier jouw kennis en vaardigheden over armoede bij.
- Je krijgt zicht op de oorzaken en gevolgen van armoede, op dat waar je wel én geen invloed op hebt.
- Je leert, gebaseerd op de nieuwste inzichten, wat belangrijk is in het begeleiden van mensen in armoede.



TIP

Wil jij in jouw organisatie of regio ook aandacht besteden aan armoede? Bekijk [deze webpagina](#) van de HAN waarop verschillende tips worden gedeeld voor het organiseren van activiteiten die bijdragen aan bewustwording en delen van kennis.



The screenshot shows the Movisie website interface. At the top, there is a navigation menu with links for 'Home', 'Sociale uitdagingen', 'Nabije omgeving', 'Professionele ondersteuning', 'Doen wat werkt', 'Zoeken', and 'Meer'. Below the navigation is a large image of a crowd of people. A dark banner on the left contains the text 'Thema < Bestaanszekerheid en waardevol werken'. The main article title is 'Waarom is armoede meer dan geen geld hebben?'. Below the title are social media sharing options for Facebook, LinkedIn, and Twitter. There are two tabs: 'Artikel' (selected) and 'Interview'. The article text begins with '29 augustus 2023' and 'Volgens recent onderzoek van het Centraal Planbureau neemt het aantal mensen in armoede komend jaar toe. Het ziet er namelijk naar uit dat de tijdelijke inkomensmaatregelen van de overheid aflopen. Armoede is een hardnekkig vraagstuk dat veel meer is dan een...'. On the right side, there is a contact information box for 'Onze contactpersoon' with the name 'Pien van der Sanden', email 'Mail Pien', and phone number '030-7892198'. There is also a small profile picture of Pien van der Sanden.

Waarom is armoede meer dan geen geld hebben?

Volgens recent onderzoek van het Centraal Planbureau neemt het aantal mensen in armoede komend jaar toe. Het ziet er namelijk naar uit dat de tijdelijke inkomensmaatregelen van de overheid aflopen. Armoede is een hardnekkig vraagstuk dat veel meer is dan een gebrek aan geld. Hanneke Mateman is senior onderzoeker bij Movisie en verzamelt kennis over wat werkt bij de aanpak van armoede en schulden.

Mensen associëren armoede snel met geldgebrek. Als je arm bent heb je te weinig geld om in basisbehoeften te voorzien. Maar het grotere probleem daarachter is het sociaal isolement dat armoede veroorzaakt. De stem van ervaringsdeskundigen maakt duidelijk dat armoede veel meer is dan geen geld hebben. Door ervaringsverhalen weten we wat langdurige armoede met mensen doet en krijgen deze gevolgen meer aandacht in onderzoek.

Lees dit artikel 'Waarom is armoede meer dan geen geld hebben?' op de website van Movisie. Publicatiedatum: 29 augustus 2023.

[naar artikel →](#)

INTRO

Leeswijzer

Inleiding

Artikel

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5



Oorzaken en gevolgen van niet kunnen rondkomen

Op dag 1 staan we stil bij nut en noodzaak van de aandacht voor geldzorgen en -problemen. Daarnaast gaan we in op de oorzaken en gevolgen van niet rond kunnen komen en leggen we het begrip 'bestaanszekerheid' uit.

Waarom is het belangrijk?

Uit onderzoek van het Sociaal en Cultureel Planbureau (Hoff et al., 2019) en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS, 2021) blijkt dat eenoudergezinnen met minderjarige kinderen, mensen met een niet-westerse achtergrond, mensen die een bijstandsuitkering ontvangen en alleenstaanden tot aan de AOW-leeftijd een grotere kans op armoede hebben. Maar, onverwachte gebeurtenissen zoals de coronacrisis, stijgende energieprijzen en toenemende inflatie, of life-events zoals een scheiding of verlies van werk laten zien dat ook andere groepen in Nederland kwetsbaar zijn.



Ellen kan niet meer de boodschappen halen die ze wil. 'Normaal kon ik met 70 euro per week voldoende boodschappen doen', vertelt ze. 'Maar inmiddels betaal ik al meer dan 100 euro. Zo kostte een kilo gehakt voorheen 3 tot 4 euro en nu wel het dubbele. Dus moet ik andere keuzes maken. Ik doe bijvoorbeeld een blikje lunchworst door de spaghetti in plaats van gehakt.'

Uit: [Campagne Bestaanszekerheid voor iedereen, Landelijke Armoedecoalitie \(2023\)](#).

Niet alleen mensen met een uitkering of laag inkomen, maar ook mensen met een hoger inkomen maken zich zorgen over geld. Bijna de helft van de jongvolwassenen van 18 tot 35 jaar die zelfstandig woont, geeft aan moeite te hebben met rondkomen. Vooral stijgende uitgaven (bijvoorbeeld eten en vervoer) terwijl inkomsten gelijk blijven en hoge vaste lasten (bijvoorbeeld huur en energiekosten) noemen mensen als reden voor de financiële problemen die zij ervaren (Groen et al., 2022).



TEST JE KENNIS!

Hoeveel huishoudens in Nederland leven in armoede?

- A. 3,5 procent
- B. 6,8 procent
- C. 11,6 procent

Hoeveel kinderen in Nederland groeien op in armoede?

- A. 1 op de 10 kinderen
- B. 1 op de 15 kinderen
- C. 1 op de 20 kinderen

Hoeveel huishoudens in Nederland geven aan moeite te hebben met rondkomen?

- A. 19 procent
- B. 28 procent
- C. 37 procent

Hoeveel geld heb je als eenpersoonshuishouden onder de AOW-leeftijd en zonder kinderen in Nederland minimaal nodig om maandelijks rond te komen?

- A. 1233
- B. 1433
- C. 1633

[Bekijk de antwoorden >>](#)

Wat is armoede?

Er zijn verschillende definities van armoede. Langdurig moeite hebben om rond te komen en de daarmee gepaard gaande sociale uitsluiting. Als gevolg van armoede kunnen mensen bijvoorbeeld niet deelnemen aan maatschappelijke activiteiten en neemt hun eigenwaarde af. Armoede kan allerlei oorzaken hebben. Denk aan life-events zoals een scheiding, faillissement, verlies van baan, onverwachte gebeurtenissen, zoals de coronacrisis, stijgende energieprijzen en toenemende inflatie door de oorlog in Oekraïne. Ook persoonlijke factoren spelen mee, zoals een chronische ziekte, psychische problemen of een licht verstandelijke beperking. Maar er zijn ook meer structurele oorzaken zoals uitkeringen waarvan mensen niet kunnen rondkomen, een ingewikkeld toeslagenstelsel, gebrek aan betaalbare



woonruimte, stijgende kosten voor levensonderhoud en energie en/of werk dat te weinig betaalt om van te kunnen leven. Gevolgen zijn onder meer stress, een slechtere gezondheid, problematische schulden, een negatief zelfbeeld en sociaal isolement. Ook kan armoede leiden tot psychische problematiek.

Veroni heeft veel extra kosten vanwege haar beperking. Dit zorgt ervoor dat ze maar heel weinig geld heeft om te besteden. 'Ik ben ruim 100 euro kwijt aan noodzakelijke medicatie die niet vergoed wordt.' Haar hulphond moest recent geopereerd worden. Ondanks dat hij verzekerd is, kostte dit toch nog 600 euro. Gelukkig kreeg ze een gift van iemand uit haar omgeving om de operatie te kunnen betalen. 'Het is triest dat je als volwassene afhankelijk bent van je omgeving om rond te komen'.

Uit: [Campagne Bestaanszekerheid voor iedereen, Landelijke Armoedecoalitie \(2023\)](#).

Goed om te weten

Het wordt duidelijk dat veel mensen in Nederland moeite hebben met rondkomen. Inkomens rondom het sociaal minimum voldoen niet meer. Een sociaal minimum is het minimale bedrag dat mensen nodig hebben om in hun levensonderhoud te kunnen voorzien. Dit is bijvoorbeeld de bijstandsuitkering. Het Nibud, CBS en SCP werken samen toe naar een [nieuwe armoedegrens \(2023\)](#). Er wordt niet alleen gekeken naar inkomens, ook naar (hoge) uitgaven voor bijvoorbeeld zorgkosten, huur en energielasten. Door hoge kosten kunnen huishoudens ook arm zijn. Dit gebeurt tegelijkertijd met het bepalen van een [nieuw sociaal minimum in Nederland](#). Lees meer over deze zoektocht in het [rapport Een zeker bestaan](#) (Commissie Sociaal Minimum, 2023) of [luister de podcast met Nadja Jungmann](#) waarin ze de inhoud van het rapport bespreekt met Godfried Engbersen, voorzitter van de Commissie Sociaal minimum.



Wat is bestaanszekerheid?

Steeds vaker vangen we armoede en schulden onder de term bestaanszekerheid. Dit plaatst financiële problemen in een breder perspectief; niet alleen voldoende financiële slagkracht maar ook het recht op een bestaanszeker leven is belangrijk. Sterker nog, armoede raakt aan veel mensenrechten. Het gaat daarbij om de zekerheid van voldoende en voorspelbaar inkomen, werk, mee kunnen doen in de samenleving, een geschikt en betaalbaar dak boven je hoofd in een veilige en prettige omgeving en toegang tot zorg. Ook een overheid die haar burgers vanuit vertrouwen benadert hoort hierbij: het toepassen van een menselijke maat (VNG, 2023).

Opgroeien in armoede

Ook met oog op de toekomst en kwaliteit van leven, is het belangrijk aandacht te hebben voor armoede. Ongeveer 1 op de 15 kinderen in Nederland groeit op in armoede. Wist je dat iemand die opgroeit in armoede bijna twee keer zoveel risico loopt later als volwassene ook in armoede te leven? Er is sprake van intergenerationele armoede wanneer een familie van generatie op generatie in armoede leeft. Het gaat hierbij niet alleen om geld: het overleven en de stress die ouders hebben heeft invloed op hun kinderen (Notten, 2022). Morgen gaan we dieper in op het ontstaan en de gevolgen van deze stress.

Lees het levensverhaal van Dini en Sidney, moeder en dochter, bekijk het fragment van Een-Vandaag met Milio van de Kamp over kansenongelijkheid en 'Armoede houdt je letterlijk klein' of lees Kansenongelijkheid wordt van generatie op generatie overgedragen.



TIPS

De precieze armoedecijfers per gemeente zijn te vinden op waarstaatjegemeente.nl. Cijfers over kinderen die opgroeien in armoede in jouw gemeente vind je op Staat-van-de-jeugd.nl. Als je armoedecijfers in jouw werkgebied in kaart brengt, kun je gericht actie ondernemen.

Of bekijk de KansenKaart.nl om erachter te komen op welke plekken in Nederland kinderen de beste kans hebben om armoede achter zich te laten.



OPDRACHTEN DAG 1

Armoede en schulden in jouw praktijk, kun je het zien?

Financiële problematiek is niet altijd zichtbaar. Weet jij wat er bij jouw doelgroep speelt? Laat je gedachten eens gaan over de volgende vragen.

1. Hoeveel procent van de mensen voor wie jij werkt heeft volgens jou moeite om rond te komen?
2. Welke casus uit jouw praktijk, waarbij sprake was van armoede en/of schulden, heeft jou het meest geraakt en waarom?
3. Wat is jouw drijfveer om je in te zetten voor de aanpak van armoede in jouw werkgebied en waar ga jij je de komende tijd hard voor maken?





KORTE TERUGBLIK DAG 1

Jij hebt dag 1 van het werkboek afgerond. Als het goed is, heb jij nagedacht over dit thema en waar jij je écht hard voor wilt maken. Dat is belangrijk, want veel Nederlanders leven in armoede. Landelijk gaat het volgens het CBS om 6,8 procent van de huishoudens (2023). Je kreeg informatie over de verschillende oorzaken van armoede. Ook gingen we in op bestaans(on)zekerheid en kansenongelijkheid. Op dag vier gaan we in op schulden en op dag vijf gaan we dieper in op de structurele problemen die armoede en schulden kunnen veroorzaken.

Door aanhoudende hoge inflatie en energiekosten kwamen vorig jaar steeds meer Nederlanders in de problemen. Niet alleen de minima maar ook mensen met middeninkomens vrezden dat ze hun rekeningen niet meer kunnen betalen. 37 procent van de Nederlandse huishoudens geeft aan lastig rond te komen in het dagelijks leven (Groen et al., 2022). De financiële buffer is beperkt, zo heeft volgens het Nibud één op de vijf huishoudens minder dan 1000 euro spaargeld. Waar een huishouden niet meer dan 50 procent van het inkomen kwijt zou moeten zijn aan vaste lasten (huur, gas en elektriciteit, verzekeringen etc.), loopt dit nu soms op tot 70 procent. Er blijft dan weinig over voor andere uitgaven en het opbouwen van een buffer, zo laat het Nibud zien. Dit kan leiden tot ernstige financiële problemen.

Het is goed om je bewust te zijn van het feit dat armoede meer is dan geen geld hebben. Het heeft ook invloed op kansenongelijkheid en sociale uitsluiting. Het programma Kansrijke Start maakt duidelijk dat leefomstandigheden als armoede en schulden in de eerste 1000 dagen, gevolgen kunnen hebben in het latere leven. Deze eerste 1000 dagen beginnen al voordat de baby geboren wordt (Pharos).



TIP

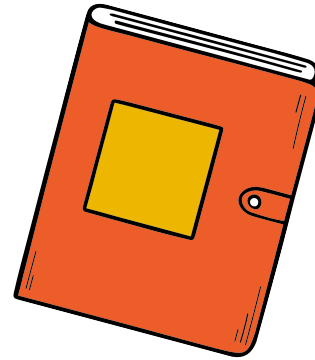
Nibud ontwikkelde de BufferBerekenaar. Met deze tool kun je berekenen wat de hoogte van een goede financiële buffer zou moeten zijn, voor jezelf of voor mensen in jouw werkgebied. Een financiële buffer is geld dat je apart zet om onverwachte, grotere en noodzakelijke kosten, zoals het vervangen van een koelkast, direct te kunnen betalen als ze zich voordoen (Nibud).

Maar wat kun je doen als mensen structureel geld te kort komen en daardoor geen buffer hebben of kunnen opbouwen? Daarover meer in de opdracht van dag 5!



Meer weten

- Omdat de bestaanszekerheid steeds meer onder druk staat, staat het onderwerp inmiddels hoog op de politieke en maatschappelijke agenda. Lees hier meer over bestaanszekerheid: [Bestaanszekerheid onder druk | Movisie](#).
- Het verhalenboek [Gezichten van een onzeker bestaan](#) door de Raad voor Samenleving & Volksgezondheid toont de verhalen van 14 mensen met een jarenlang onzeker bestaan en de moeizame weg hieruit. Scroll naar beneden voor factsheets met cijfers: deze geven een duidelijk beeld van bestaansonzekerheid in Nederland. Lees bijvoorbeeld [het verhaal van Eddy: wereldreiziger met een kapotte knie](#). Geld was bij hem nooit een probleem, maar door een bedrijfsongeval en latere gezondheidsklachten komt hij uiteindelijk in de schulden terecht en wordt hij dakloos.
- Kijk de documentaire serie [Klassen](#) over gelijke kansen in het onderwijs. In deze serie komt de kansenongelijkheid in Nederland duidelijk naar voren.
- Bekijk de Movisie Talk (duurt 30 minuten) met onder andere Hanny Heuvelink waarin de vraag [Geld erbij voor mensen onder de armoedegrens?](#) centraal staat.
- Lees het interview met Michal Krumer-Nevo over armoede als schending van mensenrechten en systeemfouten die mensen in armoede houden.
- Met [#IkRedHetNietMeer](#) geeft Kassa werkende armen een gezicht: mensen die ondanks hun inkomen in armoede leven. Doordat ze met hun inkomen net boven het bestaansminimum zitten, kunnen ze geen aanspraak doen op toeslagen. Vakbond FNV maakte eerder dit jaar een [documentaire](#) over deze groep.



Afsluitende vraag

Waar wil jij je echt hard voor maken als het gaat om armoede in jouw werkgebied?

INTRO

DAG 1

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5



ANTWOORDEN DAG 1

Hoeveel huishoudens in Nederland leven in armoede?

- Antwoord B is het goede antwoord.

Volgens cijfers van het CBS leeft 6,8 procent van alle huishoudens in Nederland minimaal één jaar in armoede, gebaseerd op de lage-inkomensgrens van het CBS. Dit zijn 509.400 huishoudens. Deze cijfers gaan over het jaar 2020.

Volgens de verwachtingen neemt in 2024 de armoede in Nederland toe zonder nieuw beleid. Dit heeft te maken met het aflopen van tijdelijke inkomensmaatregelen voor mensen met de laagste inkomens, blijkt uit onderzoek van het CPB (CPB, 2023).

Momenteel werken het CBS, Nibud en SCP aan een nieuwe armoedegrens. In deze armoedegrens wordt ook rekening gehouden met het vermogen en de schulden van huishoudens. Daarnaast wordt niet alleen gekeken naar inkomen, maar ook naar (hoge) uitgaven voor bijvoorbeeld zorgkosten, huur en energielasten. Door hoge kosten kunnen huishoudens ook arm zijn (CBS, Nibud & SCP, 2023).

Hoeveel kinderen in Nederland groeien op in armoede?

- Antwoord B is het goede antwoord.

Eén op de 15 kinderen in Nederland groeit op in armoede (Nederlands Jeugdinstituut). Meer cijfers over opgroeien in armoede vind je op de website van NJi (2023). Ga naar de themapagina armoede voor meer kennis, nieuws, handreikingen en praktische informatie.

Hoeveel huishoudens in Nederland geven aan moeite te hebben met rondkomen?

- Antwoord C is het goede antwoord.

Onderzoek van Nibud in 2022 laat zien dat 37 procent van de huishoudens in Nederland moeite hebben met rondkomen. In vergelijking met onderzoek uit 2018, maken meer mensen zich zorgen over geld. Niet alleen mensen met een uitkering of laag inkomen, ook mensen met hogere inkomens maken zich zorgen (Groen et al., 2022).

Naast het Nibud, doet ook CBS onderzoek naar zorgen over financiën. Zij zien dat vooral jongvolwassenen zich ongerust maken over hun financiële situatie in de toekomst. De geldzorgen zijn in 2022 weer toegenomen (CBS, 2023).

Hoeveel geld heb je als eenpersoonshuishoudens onder de AOW-leeftijd en zonder kinderen in Nederland minimaal nodig om maandelijks rond te komen?

- Antwoord C is het goede antwoord.

Berekeningen van het Nibud laten zien dat een eenpersoonshuishouden onder de AOW-leeftijd en zonder kinderen minimaal 1633 euro aan uitgaven heeft per maand, in 2023. Uitgebreide informatie over hoe dit bedrag tot stand komt, kun je lezen in het rapport Op weg naar een nieuwe armoedegrens.

Het huidige sociaal minimum is voor huishoudens nu onvoldoende. Alleenstaanden en stellen komen tussen de 100 en 200 euro per maand te kort. Gezinnen met kinderen komen 200 tot 500 euro te kort per maand, blijkt uit het onderzoek van het CBS, Nibud en SCP (2023).

Lees meer over de zoektocht naar een nieuw sociaal minimum in Nederland in het rapport: Een zeker bestaan (Commissie Sociaal Minimum, 2023).

Terug naar dag 1 >>



The screenshot shows the Movisie website interface. At the top, there is a navigation bar with links for 'Home', 'Sociale uitdagingen', 'Nabije omgeving', 'Professionele ondersteuning', 'Doen wat werkt', 'Zoeken', and 'Meer'. Below the navigation bar is a large image of a smiling young man, Noah van der Zande. To the left of the image are two dark blue buttons with white text: 'Thema Bestaanszekerheid en waardevol werken' and 'Thema Jongvolwassenen'. Below the image, the article title is displayed in large, bold, dark blue text: 'Ervaringsdeskundige Noah: 'De verlaagde uitkering was minder dan mijn huur''. Below the title are social media sharing icons for Facebook, LinkedIn, and Twitter. To the right of the title is a purple box with the text 'Onze contactpersoon' and 'Meer informatie? Neem contact op met:'. Below this is the name 'Mirjam Andries' with a profile picture, and contact information: 'Mail Mirjam' and '030-7892233'. At the bottom of the article preview, there are tabs for 'Artikel' and 'Interview', and a date '8 augustus 2023'. A small purple box at the bottom right of the article preview contains the text 'Challenge Armoede be... begrijpen, verrijk je ken...'

INTRO

DAG 1

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

‘De verlaagde uitkering was minder dan mijn huur’

Noah van der Zande (26) is één van de gezichten van de campagne van de Armoedecoalitie, waar ook Movisie aan meewerkte. Als ervaringsdeskundige bij ExpEx werkt hij voor veel organisaties in het land en schreef een veel gelezen blog over hoe de Participatiewet nadelig uitpakt voor jongeren.

‘Ooit heb ik een opname gehad in Spanje. Dat was voor mij nieuw, een vreemde plek, vreemde mensen. Ik vond het moeilijk om mezelf open te stellen totdat een hulpverlener zei: “Ik heb zelf ook problemen gehad en heb zelf ook in een kliniek gezeten.” Dat was voor mij een openbaring. Wow! Naderhand ben ik op een ‘begeleid wonen’ plek gaan wonen, maar het was niet echt begeleid wonen, meer maatschappelijke opvang. Daar was een begeleider, die ook voor ExpEx werkte en daar regelmatig over vertelde. Zodoende ben ik bij ExpEx terecht gekomen.’

Lees dit artikel [‘De verlaagde uitkering was minder dan mijn huur’](#) op de website van Movisie.

Publicatiedatum: 8 augustus 2023.

naar artikel →



Stress en emoties bij armoede

Dag 2 staat in het teken van stress en de impact van emoties bij armoede.

Mensen met voldoende financiële middelen zijn doorgaans gezonder en leven langer (en andersom) (Raad voor Volksgezondheid & Samenleving, 2020). Voor hen is het makkelijker om bijvoorbeeld gezond te eten, leuke dingen te doen met hun sociale netwerk en zij ervaren geen stress vanwege financiële problemen. Er zijn meerdere onderzoeken die laten zien dat als mensen te maken hebben met chronische – aanhoudende – stress, bijvoorbeeld door zorgen over geld, gezondheid, huisvesting of werk, in een ‘overlevingsstand’ terecht komen. De hersenen functioneren dan anders en dat heeft negatieve gevolgen voor het doenvermogen van mensen. Gelukkig weten we ook dat wanneer armoedestress afneemt, de hersenen zich weer herstellen (Ten Houte de Lange, 2018; Hosper & Van Loenen, 2021)

Emoties

Naast chronische stress door geldzorgen, ervaren mensen die langdurig in armoede leven emoties als schaamte, frustratie, verdriet en angst. Schaamte en frustratie ontstaan bijvoorbeeld omdat mensen zich machteloos voelen. Angst en verdriet omdat ze bang zijn dat hun financiële situatie kan verslechteren. Deze negatieve emoties kunnen worden opgeroepen of versterkt door stigmatisering en traumatisering. Bijvoorbeeld wanneer mensen het gevoel hebben als minderwaardig gezien te worden of als trauma's worden opgeroepen tijdens contact met professionals. Hierdoor kan de emotionele lading groter zijn. Emoties staan vaak niet op zichzelf en hebben een lange geschiedenis. Deze emoties dragen bij aan de chronische stress die mensen ervaren.

Het is belangrijk dat jij als professional of vrijwilliger in het contact met mensen rekening houdt met deze emoties. Wat werkt hierbij? De volgende tips kunnen helpen:

- zorg voor een vast contactpersoon om te voorkomen dat een emotioneel verhaal herhaaldelijk verteld moet worden.
- verstuur post op maandag of dinsdag. De ontvanger kan dan direct contact opnemen en stress en emoties stapelen zich minder op.
- bel niet met een afgeschermd nummer.
- vermijd taalgebruik dat als dreigend ervaren wordt. Bijvoorbeeld: ‘Als u dit niet doet, kan er dit gebeuren’.

Lees meer over de resultaten van het onderzoek naar emoties en armoede door Wageningen Universiteit [in deze infographic](#) (Movisie, 2022).



Korte termijn denken

Je hebt het vast weleens gehoord of gelezen: 'armoede verlaagt je IQ of mensen die in armoede leven zijn dom'. Dit soort uitspraken werkt stigmatiserend en bovendien is de wetenschappelijke onderbouwing over het IQ twijfelachtig. Vermijd daarom dergelijke uitspraken. Verspreid in plaats daarvan de kennis dat langdurige armoede tot chronische stress leidt. Armoede en de bijkomende stress zorgen er door de verandering in de hersenfuncties bijvoorbeeld voor dat mensen zich richten op de korte termijn: het hier en nu. Stel daarom als hulpverlener de vraag: 'Waar kan ik je nú mee helpen?' of help mensen om de gevolgen van hun keuzes op langere termijn in te zien (De Bruijn & Antodines, 2021; Van Aalten, 2023).

Bij mensen onder invloed van chronische stress kunnen de volgende dingen spelen:

- Emoties en korte termijn verlangens zijn leidend
- Gevoel van chaos en verlies van grip
- Moeite met leren en onthouden van informatie
- Zwart-wit denken en oordelen: minder gevoelig voor feitelijke informatie
- Wantrouwen
- Inertie: mensen hebben moeite positieve intentie om te zetten in actie
- Schaamte en vermijdingsgedrag
- Eenzaamheid en isolement
- Verlies van perspectief

Marc Mulder, senior ervaringsdeskundige armoede en schulden bij Movisie, legt uit hoe het zit:

'Het is goed om te weten dat deze veranderingen in denken en doen een functie hebben. Het is overlevingsgedrag. Omdat je bijna geen energie meer over hebt, doe je alleen dat wat direct iets oplevert. Je kunt alleen ergens aandacht aan geven als je ervan overtuigd bent dat het geen verloren energie is. Ook genuanceerd denken, je informeren en orde houden kost energie en kan al te veel zijn.'

Lees meer over deze overlevingsmodus. Op dag 3 gaan we verder in op het belang van een stress-sensitieve benadering.



In de Participatielezing 2022 vertelt Tim 'S Jongers dat stress bij iedereen tot het maken van andere keuzes leidt. Hij benadrukt dat dit geen domme keuzes zijn. Kijk dit stukje van minuut 22:40 tot 25:15 terug.





OPDRACHTEN DAG 2

Inzicht in wat stress doet

Je hebt nu goed inzicht in wat stress doet en hebt een paar tips gekregen om hiermee om te gaan. Laat je gedachten eens gaan over de volgende vragen:

1. Heb jijzelf wel eens te maken gehad met langdurige geldzorgen? Of zo niet: heb je wel eens een periode met veel stress meegemaakt?

2. Wat was de impact daarvan op jou?

3. Wat heeft jou toen geholpen?

INTRO

DAG 1

DAG 2

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 3

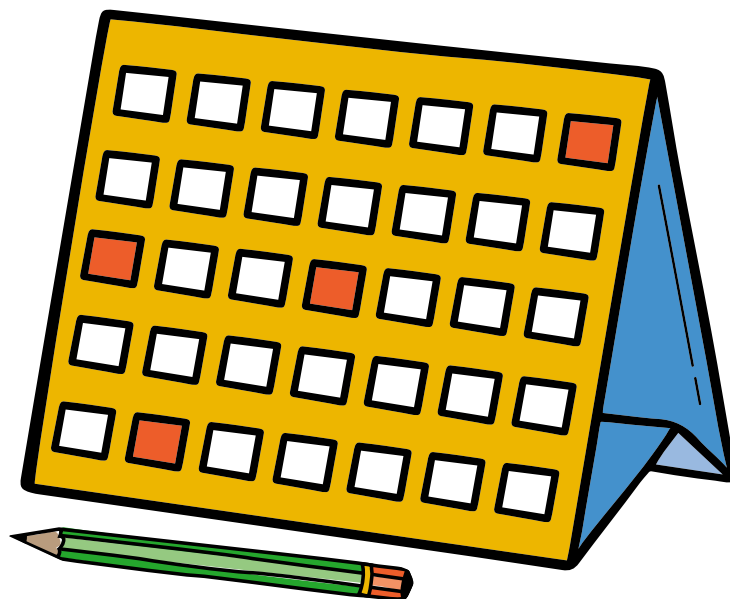
DAG 4

DAG 5



4. Wat neem je daarvan mee in de omgang met mensen die te kampen hebben met langdurige financiële problemen?

5. Hoe kan er meer aandacht komen voor wat stress en emoties doen met mensen op jouw werk?





KORTE TERUGBLIK DAG 2

Dag 2 ging over de stress en emoties die mensen ervaren bij armoede. Uit onderzoek blijkt onder andere dat Nederlanders die zich schamen voor hun financiële situatie meer piekeren over geld, minder controle over hun financiële situatie ervaren en meer stress hebben (Plantinga, 2019).

Marc Mulder, senior ervaringsdeskundige armoede en schulden bij Movisie, vertelt wat volgens hem helpt om over deze schaamte heen te stappen:

'Het is cruciaal dat mensen erop kunnen vertrouwen dat er zorgvuldig wordt omgegaan met hun kwetsbaarheid. Zonder wederzijds vertrouwen kom je nergens. Ga daarom niet overhaast te werk, geef het opbouwen van vertrouwen tijd en ruimte. Als je direct aan een oplossing gaat werken kan de blijvende schaamte later leiden tot afhaken of een moeizaam traject waarbij het lijkt dat er geen motivatie is. Belangrijk voor vertrouwen is dat er niet geoordeeld wordt. Niet oordelen lijkt misschien eenvoudig, maar een oordeel kan in kleine dingen zitten. 'Jammer dat je er niet was', bij een gemiste afspraak kan al snel worden opgevat als 'Ik ben teleurgesteld dat je niet kwam opdagen'. Een feitelijke constatering is dan neutraler. 'Je was niet op de afspraak, zullen we een nieuwe afspraak plannen?''

Uit: [Schaamte voor schulden doorbreken: het kán! | Movisie](#)

Gewoon geld geven

Een voorbeeld waaruit vertrouwen spreekt van de overheid is het onvoorwaardelijk geven van geld. Internationaal onderzoek en verschillende experimenten in Nederland laten zien dat dit een positief effect heeft op het welzijn van mensen.



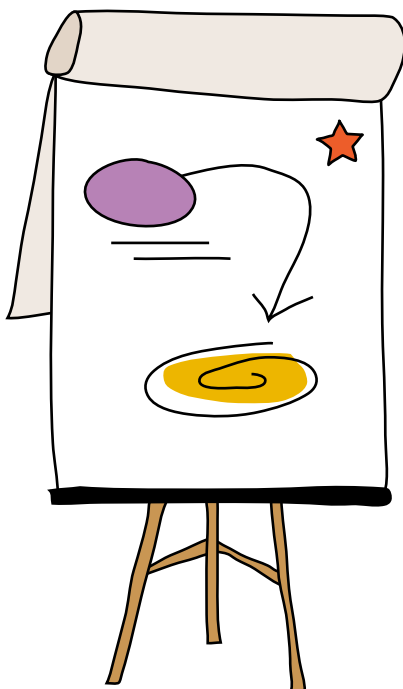
Angst voor fouten

Mensen ervaren niet alleen stress door individuele geldzorgen. Ook de interactie met wet- en regelgeving en systemen in Nederland veroorzaakt stress. Mensen zijn afhankelijk van dit systeem, bijvoorbeeld door toeslagen die zij ontvangen. Maar daardoor bestaat er ook een kans op boetes, bijvoorbeeld als je een fout maakt. Dit levert ook stress op. Lees meer over deze 'systeemstress' in het artikel van Anne Custers, lector Armoede Interventies aan de Hogeschool van Amsterdam (2023). Ook onderzoek van Panteia maakte duidelijk dat bij veel mensen continue angst en stress heerst om wat verkeerd te doen (Oomkens et al., 2022).

Angst om fouten te maken en wantrouwen in de overheid kan ervoor zorgen dat mensen financiële middelen laten liggen, ondanks dat zij hier recht op hebben. Weten wat je (niet) hebt voelt vaak fijner dan de onzekerheid van meer ontvangen maar mogelijk terug moeten betalen. Dit komt ook naar voren in het verhaal van Tamara, ervaringsdeskundige generatie armoede en sociale uitsluiting:

'Mensen in de Veenkoloniën hebben structureel meer nodig om uit de armoede te komen. Bekijk bijvoorbeeld de kansenkaart maar eens, die kleurt behoorlijk rood. Mensen leven achter de deur en stappen niet graag naar instanties: 'Het gaat niemand wat aan'. Of: 'Dadelijk moeten we alles weer dubbel terugbetalen'. Mensen laten veel extra voorzieningen liggen. Dat zegt iets over hoe complex het systeem is. Maar ook de toeslagenaffaire en de aardbevingsproblematiek spelen een rol.'

Uit: Bestaanszekerheid voor iedereen, Campagne Armoedecoalitie (2023).





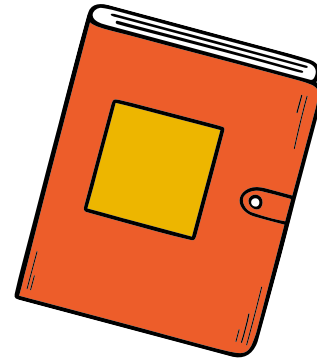
WAT DOE JE ALS MENSEN VEEL STRESS ERVAREN DOOR LANGDURIGE GELDZORGEN?

- 1. Basishouding:** realiseer je dat mensen niet in armoede leven uit onwil of gebrek aan motivatie. Benader hen vanuit een oordeelvrije houding en straal rust uit. Als jij rust uitstraalt, geef je de persoon tegenover je ook ruimte om na te denken en aan zijn of haar problemen te werken.
- 2. Doorvragen:** check in gesprekken met mensen altijd of het hen lukt om rond te komen. De ervaring leert dat mensen dit niet vervelend vinden, veelal ervaren zij dit juist als een opluchting. Vraag altijd goed door. Houden ze geld over aan het eind van de maand? Zo nee, wat is voor hen dan het lastigste om te betalen? Zorg dat je goed inzicht krijgt in wat er speelt (achterhaal bijvoorbeeld van welke schulden er sprake is), dat helpt jou om je vervolg-stappen te bepalen.
- 3. Richt je op het opheffen of verminderen van financiële tekorten.** Maken mensen wel gebruik van alle inkomensondersteunende voorzieningen waar zij recht op hebben? Dit kun je checken via Bereken uw recht (nibud.nl). Kijk ook naar de mogelijkheden op langere termijn en maak gebruik van ruimte in het beleid.
- 4. Check altijd of er ook kinderen betrokken zijn.** Want, het armoederisico onder eenoudergezinnen met minderjarige kinderen is het grootst. Veel kinderen hebben last van de stress die heerst in huis en hebben minder toegang tot sport en cultuur. Op de site Samen voor alle kinderen kun je kijken welke aanvullende financiële maatregelen er zijn waarmee je een gezin kunt ondersteunen. Besteed ook aandacht aan wat je op psycho-sociaal vlak voor kinderen kunt betekenen. En lees deze handreiking voor sociaal professionals: [‘Omgaan met kinderarmoede in het sociaal domein’](#).
- 5. Ken de lokale sociale kaart.** Denk aan een voedselbank, noodfonds, diaconie van plaatselijke kerken, schuldhulpmaatje als er sprake is van problemen met budgetteren. Verwijs bij ernstige schulden – in geval van crisis of als mensen schulden niet binnen drie jaar af kunnen lossen – altijd door naar schuldhulpverlening in jouw gemeente.



Meer weten

- In De Dichter Bij Stand is een project met mensen die te maken hebben met de Participatiewet en wat het betekent om langdurig niet mee te doen. De portretten en verhalen van klanten en klantmanagers zijn opgetekend in een bundel en vastgelegd op video. Bekijk ze hier: [In De Dichter Bij Stand | Movisie](#)
- Bekijk de 'Snelle Wegwijzer: jouw cliënt in financiële nood?' ontwikkeld door Movisie voor sociaal professionals van wijkteams en zie wat je kunt doen in geval je acute financiële problemen signaleert.
- Kijk de indrukwekkende documentaire 'Alleen tegen de staat' waarin vijf moeders, die slachtoffer werden van het Toeslagenschandaal, hun verhaal vertellen (BNNVARA, 2021).
- Ervaringsdeskundigen vertellen over hun beleving van armoede. Deze beleving verschilt tussen mensen die in armoede zijn opgegroeid en mensen die later financiële problemen kregen. Lees meer: 'Sociaal-emotionele armoede is de vervelendste armoede die er bestaat' | [Movisie](#). In het [vervolgartikel](#) vertellen zij over hoe het hen is de gelukt de vicieuze cirkel van armoede te doorbreken.



Afsluitende vraag dag 2

Welke tip rondom stress en emoties bij geldzorgen vormt voor jou de grootste uitdaging en waarom?

INTRO

DAG 1

DAG 2

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 3

DAG 4

DAG 5



The screenshot shows the Movisie website interface. At the top, there is a navigation menu with links for 'Home', 'Sociale uitdagingen', 'Nabije omgeving', 'Professionele ondersteuning', 'Doen wat werkt', 'Zoeken', and 'Meer'. Below the navigation is a large image of a crowd of people. On the left side, there are two theme cards: 'Bestaanszekerheid en waardevol werken' and 'Ervaringsdeskundigheid'. The main content area features the article title 'Sociaal-emotionele armoede is de vervelendste armoede die er bestaat' with a subtitle 'Sociaal-emotionele armoede is de vervelendste armoede die er bestaat'. Below the title, there are social media sharing options for Facebook, LinkedIn, and Twitter. To the right, there is a section for 'Onze contactpersonen' with contact information for Marc Mulder and Pien van der Sanden, including email and phone numbers. The article is dated 26 juni 2023 and has a short introductory paragraph.

‘Sociaal-emotionele armoede is de vervelendste armoede die er bestaat’

Armoede betekent meer dan geen geld hebben. Voor ervaringsdeskundigen is het gevoel van sociale uitsluiting net zo ingrijpend, misschien nog wel ingrijpender. Ervaringsdeskundigen die opgroeiden met armoede en sociale uitsluiting vertelden Movisie hoe zij dit overleefden. En hoe hun beleving van armoede verschilt met de beleving van nieuwe groepen armen.

Wanneer iemand opgroeit in armoede en later zelf ook met armoede te maken krijgt, lijkt het erop dat armoede wordt overgedragen van generatie op generatie. Bij veel geïnterviewden die opgroeiden met armoede was in hun jeugd niet alleen sprake van geldproblemen. Zij kregen ook te maken met verwaarlozing, alcoholisme en/of huiselijk geweld. Mensen die langdurig in armoede leven krijgen dan ook vaak te maken met andere problemen. Juist bij multiproblematiek lijkt de kans groter dat ook volgende generaties niet aan armoede en andere problemen weten te ontsnappen.

Lees dit artikel [‘Sociaal-emotionele armoede is de vervelendste armoede die er bestaat’](#) op de website van Movisie.
Publicatiedatum 26 juni 2023.

[naar artikel →](#)

INTRO

DAG 1

DAG 2

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 3

DAG 4

DAG 5



Een oordeelvrije basishouding

Op dag 2 heb je geleerd over stress en emoties bij financiële problemen. Op dag 3 gaan we verder met de juiste manier van omgaan met elkaar: ook wel bejegening genoemd. Met behulp van motiverende gespreksvoering gaan we oefenen. Een oordeelvrije basishouding als professional staat hierin centraal.

Ervaringsverhaal

Het verhaal van Hanny laat zien hoe de bejegening van mensen in armoede en schulden de ervaren stress en gevoelens van onmacht vergroot:

'Mijn stofzuiger ging kapot en ik belde met de sociale dienst. Die zeiden: "Je kunt toch ook gewoon vegen." Maar dat werkte helemaal niet. Dus nam ik weer contact op met de gemeente. Twee personen zouden bij mij thuis komen kijken, maar toen dat niet lukte, omdat een persoon had afgebeld, kwam het voorstel om dan maar naar hen te komen, met de stofzuiger, om te zien of ie wel echt kapot was. Dus die heb ik achter op mijn fiets meegenomen. Toen kwam die man naar beneden en heeft in de wachtruimte waar allemaal mensen bij zaten, de stekker in het stopcontact gedaan, en zei: "Maar hij doet het niet." Waarop ik zei: "Ik had je ook wel door de telefoon kunnen laten horen dat ie kapot was." Nou, toen mocht ik gaan. Maar de beveiliging kwam achter me aan dat ik de kapotte stofzuiger wel weer moest meenemen, dus die heb ik weer achter op de fiets gebonden. Op de terugweg ging ik echt door mijn hoeven en zat ik huilend op mijn fiets. Ik dacht: zie je wel, je hebt niks, je bent niks. Toen kreeg ik een brief thuis en daarmee mocht ik naar een elektronicazaak met een gigantisch logo van de gemeente Tilburg. Op de afdeling stofzuigers mocht ik er een uitzoeken. De verkoper weet dan al gelijk dat je via de gemeente komt en dan mag je met diezelfde brief ook nog eens langs de kassa... Zo vernederend. Het was dat ik die stofzuiger echt nodig had, anders had ik gezegd: "Stop hem maar ergens waar het heel donker is."'

Uit: [Hanny Heuvelink komt op voor mensen in armoede](#) | Movisie



Gelijkwaardigheid

Sta als professional of vrijwilliger stil bij hoe het voor de ander is door jezelf af te vragen hoe het voor jou zou zijn om bepaalde vragen te beantwoorden of adviezen te krijgen als: 'Hoeveel verdien je?', 'Waar geef jij je geld aan uit?' of 'Je mag geen wijntje meer bij het eten want dat is ongezond'. Door zelfreflectie toe te passen begrijp je beter wat je van iemand vraagt en straal je meer gelijkwaardigheid uit. Dit is van belang voor het krijgen van vertrouwen.

Stress-sensitief werken

Stress-sensitief werken is een manier van werken die rekening houdt met de gevolgen van langdurige geldzorgen en de stress die hierbij komt kijken. Bij stress-sensitief werken richt alles in de dienst- en hulpverlening zich op het verminderen van stress. Dit kan door praktische zaken laagdrempelig te maken, denk aan brieven in begrijpelijke taal, de wijze van bejegening tot het optimaal rekening houden en aansluiten bij de persoon die je voor je hebt. Stress-sensitief werken is geen kunstje: het gaat om een oprechte basishouding waarin een gelijkwaardige respectvolle bejegening en empathie centraal staan. Deze basishouding wordt door personen die hulp en ondersteuning ontvangen als allerbelangrijkst gezien. Motiverende gespreksvoering is een belangrijk onderdeel van stress-sensitief werken: het is een werkwijze om mensen te begeleiden als zij hun gedrag willen veranderen.

Een empathische en motiverende houding van hulpverleners zorgt ervoor dat cliënten actiever betrokken zijn. Belangrijke elementen zijn open vragen, reflectief luisteren, mensen keuzes aanbieden, bevestigen, haalbare doelen stellen en verandertaal uitlokken.



TIP

Maak een account aan en volg de gratis online cursus '[Back to basics: Reflecteer op je professionele basishouding](#)' in de [Movisie Academie](#). In 30 minuten leer je over welke houding jij hebt tijdens het dagelijks werk met jouw cliënten en welke drie elementen van belang zijn. elementen van belang zijn.



OPDRACHTEN DAG 3

Motiverend gesprekken voeren

Motiverende gespreksvoering lijkt makkelijk en klinkt logisch. Maar, weten is nog geen doen. Deze opdracht vormt een vingeroefening die jou verder helpt in jouw dagelijkse praktijk. Je leest een korte casus, bedenk hoe jij hier motiverend op kunt reageren.

Open vragen stellen

Dat gesloten vragen niet uitnodigen tot actieve deelname aan een gesprek is een inkopertje. Toch sluipt het er gemakkelijk in. Een open vraag nodigt uit om je verhaal te vertellen. Ook levert het meer informatie op dan een gesloten vraag. Een open vraag begint bijvoorbeeld met woorden als wie, wat, waarom en hoe.

Situatie: Je ben deze week bij Jan geweest. Je ziet dat hij vermagerd is, een lege koelkast heeft en er flinke stapels ongeopende post liggen. Je weet zelf niet alles van schulden, maar wel dat al deze signalen tekenen kunnen zijn van financiële problematiek. Je maakt een vervolgspraak om het hier verder over te hebben om te kijken wat nodig is. En vraagt hem in ieder geval alvast alle post op één stapel te leggen. Je belt een week later om tien uur 's ochtends aan, maar Jan doet niet open. Je besluit hem te bellen. Wat zeg je?

Reflectief samenvatten

Luister goed naar de persoon die je voor je hebt. Begrijp je écht wat diegene bedoelt? Zegt de persoon wel alles en lukt het om zich goed uit te drukken? Je laat zien dat je luistert en de persoon begrijpt door af en toe méér te doen dan alleen samen te vatten, je geeft beredeneerd iets terug. Hierdoor breng je diepgang aan in het gesprek en help je taal te geven aan dat wat er speelt. Denk bijvoorbeeld aan een situatie waarin iemand je vertelt het bed niet meer uit te komen. Je kunt dan zeggen: "Je komt je bed niet meer uit...". Je kunt ook zeggen: "Het valt je momenteel zo zwaar dat je moeite hebt om de dag te beginnen." Daarmee help je het gesprek een stap verder.

Situatie: Yasmin zou zich melden bij de Voedselbank. Dit is vorige week geregeld. Maar zij heeft dit niet gedaan, met als gevolg dat ze nu geen brood op de plank heeft. Wat zeg je?



Verandertaal uitlokken

Verandertaal is de tegenhanger van weerstand. Door het uit te spreken, wordt motivatie voor verandering versterkt. Mensen zijn veel eerder geneigd om motivatie voor verandering te vinden wanneer je de juiste vragen stelt. Verandertaal lok je uit met vragen als: Wat vind je nu het allervervelendst aan je situatie? Wat zou jou kunnen helpen om dat op te lossen?

Situatie: Lies, een vrouw van middelbare leeftijd, heeft door een nare scheiding een inkomenssterugval. Zij weet niet goed hoe zij rond moet komen: haar man deed altijd de financiën. Ze voelt zich diepongelukkig en is erg depressief. Dit compenseert ze door geld uit te geven. Onlangs heeft ze toch weer nieuwe kleding gekocht voor haar zoon, weliswaar op de markt dus niet voor heel veel geld, maar wel met geld dat ze eigenlijk niet heeft. Wat zeg je?





KORTE TERUGBLIK DAG 3

Je hebt dag 3 over een oordeelvrije basishouding afgerond en geoefend met motiverende gespreksvoering. Hieronder zie je een aantal voorbeelden die je zou kunnen gebruiken om je eigen voorbeeld aan te toetsen.

Situatie 1: Jan komt afspraak niet na, je belt hem

Wat motiveert is het volgende: 'Ik maakte me zorgen om je, weet je ook waarom je het vergeten bent?' Een niet-veroordelende houding geeft Jan de ruimte om te reageren. Door de 'overlevingsstand' kunnen mensen niet goed plannen en organiseren: ze hebben teveel aan hun hoofd. Dit kan ervoor zorgen dat zij hun afspraak vergeten. Maak afspraken over hoe je er in het vervolg voor zorgt dat Jan wél op de afspraak komt, bijvoorbeeld door een reminder via WhatsApp. Het kan ook zijn dat Jan het ingewikkeld vindt om de post op een stapel te leggen en te ordenen. Of bang is voor wat hij in de brieven aantreft. Hij durft dit misschien niet te zeggen. Check dus altijd of de mens die je voor je hebt je écht begrijpt, en of je een haalbare opdracht meegeeft die de persoon echt zelfstandig kan uitvoeren.

Situatie 2: Yasmin gaat niet naar de Voedselbank en heeft nu geen eten

Wat je kunt zeggen: 'Het is blijkbaar zo druk in je hoofd dat het je te veel was.' Het kan ook zijn dat er sprake is van schaamte. Of de persoon heeft een kapotte fiets en geen geld voor reparatie en is dus niet in staat om te gaan. Psycho-educatie kan schaamte verminderen en zelfinzicht vergroten. Het houdt in dat je mensen informeert over de impact van stress op hun gedrag, waardoor mensen beter begrijpen wat stress met hun gedrag doet en ze meer acceptatie en rust ervaren. Vervolgens kijk je samen naar hoe ze beter om kunnen gaan met deze stress. Ook is het belangrijk om te achterhalen wat iemand nodig heeft om wel te gaan. Een "warme" doorverwijzing werkt doorgaans beter dan het achterlaten van een telefoonnummer van een voor de persoon onbekende hulpverlener; de drempel is dan te hoog. Daarnaast is het heel belangrijk om te regelen dat de persoon in ieder geval voor een paar dagen eten heeft. Is er bijvoorbeeld iemand in het netwerk die iets kan betekenen? Of is er noodhulp waar je een beroep op kunt doen? Denk hierbij aan Stichting Urgente Noden Nederland (SUNN) en hun lokale SUN noodhulpbureaus, het Nationaal Zakat Fonds, de Vincentius vereniging of andere fondsen, organisaties en instellingen.



Situatie 3: Lies geeft geld uit dat zij niet heeft

Lies heeft nooit geleerd om met geld om te gaan omdat haar man dit allemaal deed. Daarnaast voelt zij zichzelf ongelukkig, depressief en schuldig naar haar zoon toe. Wat helpt is om haar erkenning voor en inzicht in haar uitgavenpatroon te geven. 'Het kopen van kleren doet jou je problemen even vergeten. Ook vermindert dit jouw schuldgevoel naar je zoon toe. Het is mooi dat je een manier hebt gevonden om je beter te voelen, maar het maakt het ook lastig, omdat het je veel geld kost. Wat zou jou kunnen helpen om beter in je vel te zitten, zodat dat niet meer nodig is?' Ook kun je inventariseren wat voor de cliënt het meest belangrijk is. 'Wat is voor jou en je zoon het belangrijkste? Is dat ook echt nieuwe kleding of is het iets anders?' Door Lies zelf prioriteiten te laten stellen, is de kans groter dat zij zich eraan gaat houden en de uitgaven binnen de perken blijven. Zelfvertrouwen en motivatie groeien hierdoor weer. Daarnaast kun je iemand helpen met het checken of iemand alle inkomensondersteuning waar diegene recht op heeft wel ontvangt via [Bereken uw recht \(nibud.nl\)](http://Bereken uw recht (nibud.nl)). Of schakel iemand in die dit kan doen. Kijk ook of er mogelijkheden zijn voor haar zoon via samenvoorallekinderen.nl.

Motivatie stimuleren

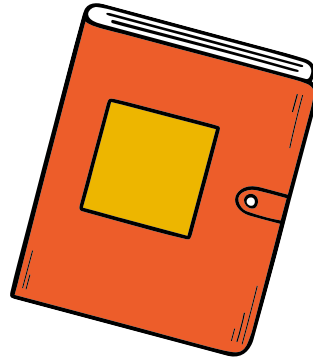
De volgende vragen kun je stellen om iemand te motiveren en om met financiële problemen aan de slag te gaan:

1. Mobiliseer iemands kracht. Stel vragen zoals: Hoe heb je het tot nu toe volgehouden of voor elkaar gekregen? Wat heeft jou hierin geholpen?
2. Help iemand grip te krijgen op de zaak. Bijvoorbeeld: Ik kan me goed voorstellen dat je het even niet meer weet. Zullen we stap voor stap kijken naar de mogelijke opties?
3. Help iemand om keuzes te maken die direct bijdragen aan het verminderen van geldtekorten. Bijvoorbeeld: Wat kun je vandaag al opzeggen aan abonnementen of andere zaken die je niet direct nodig hebt? Leg hierbij niet je eigen ideeën op, maar ga uit van wat iemand zelf belangrijk vindt.



Meer weten

- Twee deskundige sociaal professionals hebben samen zes stappen op een rij gezet die jou kunnen helpen bij de begeleiding van mensen met financiële problematiek. [Lees het artikel.](#)
- Het kan ook zijn dat iemand een licht verstandelijke beperking (LVB) heeft en daarom afspraken niet goed nakomt. Lees [het verhaal van Ans Broelman, ervaringsdeskundige met een LVB](#). Wat heeft haar geholpen?
- Luistertip: [Een podcast over helderde taal met ervaringsdeskundige Marc Mulder als gast](#). Hij vertelt over zijn ervaringen en hoe je het beste contact kunt leggen met iemand met schulden.
- Ook moeite hebben met cijfers kan ervoor zorgen dat mensen in financiële problemen komen: in Nederland heeft 1 op de 6 inwoners moeite met cijfers. Bij de benadering van mensen met geldproblemen is het goed om je hiervan bewust te zijn. Dit geldt ook voor last met geletterdheid of digitale vaardigheden. Lees meer over gecijferdheid: [Verbeteren gecijferdheid \(movisie.nl\)](#) en [De strijd voor gecijferdheid | Movisie](#) of bekijk de website [basisvaardigheden.nl](#)



INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 4

DAG 5

Afsluitende vraag dag 3

Wat kun jij morgen al anders doen om stress bij je cliënten te verminderen?



‘Houd voor ogen dat je het zelf had kunnen zijn’

Online Q&A ‘Armoede: wat werkt wel?’ met ervaringsdeskundigen

Op woensdagochtend 11 oktober vond de online Q&A met ervaringsdeskundigen Marcella van Vloten en Marjorie Malbons plaats. Marc Mulder, senior ervaringsdeskundige armoede en schulden bij Movisie, was gespreksleider en legde de vragen van bijna 200 deelnemers aan de ervaringsdeskundigen voor. Aan tafel zat ook Hanneke Mateman, senior onderzoeker bij Movisie. Zij sloot aan om te vertellen welke werkzame elementen professionals en vrijwilligers in kunnen zetten om mensen met geldzorgen en -problemen te ondersteunen.

Bekijk de opname terug [‘Houd voor ogen dat je het zelf had kunnen zijn’ | Movisie](#) op de website van Movisie.
Publicatiedatum 19 oktober 2023.

[naar de video →](#)

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 4

DAG 5



Wees er vroeg bij

Op dag 4 delen we ervaringsverhalen, zoomen we in op vroegsignalering en schulden.

Schulden kunnen zowel een oorzaak als gevolg van armoede zijn. Wanneer er bijvoorbeeld beslag wordt gelegd op het inkomen zijn schulden een oorzaak van armoede. Wanneer mensen schulden moeten maken om rond te kunnen komen, zijn schulden een gevolg van armoede. Uit cijfers van het CBS blijkt dat mensen met lage inkomens vaker schulden maken dan mensen met hogere inkomens (CBS, 2021).

TEST JE KENNIS!

Hoeveel mensen in Nederland hebben (ernstige) betalingsproblemen?

- A. 700.000 huishoudens
- B. 1,35 miljoen huishoudens
- C. 2 miljoen huishoudens

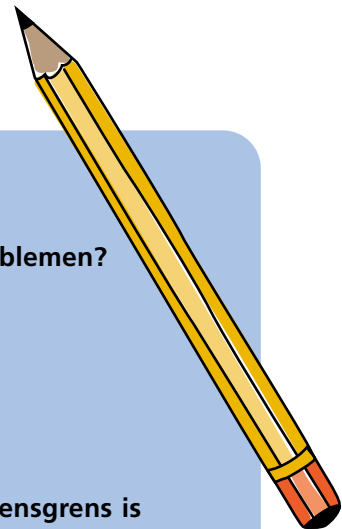
Bij hoeveel procent van de huishoudens onder de lage-inkomensgrens is sprake van schuldenproblematiek?

- A. 11,2 procent
- B. 14,3 procent
- C. 17,4 procent

Hoeveel Nederlanders schamen zich voor hun financiële situatie?

- A. 1 op de 7
- B. 1 op de 9
- C. 1 op de 11

Bekijk de antwoorden >>





Voorkomen is beter dan genezen. Met de wijziging van de Wet gemeentelijke schuldhulpverlening (Wgs) per 1 januari 2021 is vroegsignalering van schulden een wettelijke taak voor gemeenten geworden. Vroegtijdig signaleren voorkomt dat schrijnende situaties en problematische schulden (schulden die zonder hulp niet binnen drie jaar zijn op te lossen) ontstaan of verergeren. Het is daarom belangrijk om te weten hoe het beleid van de gemeente eruit ziet en welke rol jij en jouw organisatie daarbij kunnen spelen.

Jongeren en schulden

Op dag 1 leerde je dat bijna de helft van de jongvolwassenen van 18 tot 35 jaar die zelfstandig wonen, moeite heeft met rondkomen. Ook onderzoek van het CBS laat zien dat vooral jongvolwassenen zich ongerust maken over hun financiële toekomst en dat deze zorgen zijn toegenomen (CBS, 2023). Deze zorgen zijn niet voor niks: zo blijkt dat in Amsterdam zelfstandig wonende jongeren in de bijstand, mbo'ers en jongeren met een minimumloon niet rond kunnen komen. Ondanks alle aanvullende regelingen, komen ze maandelijks honderden euro's te kort (Nibud, 2023).

Het is belangrijk dat jongeren bij beginnende achterstanden snel hulp aangeboden krijgen, zodat deze schulden niet verergeren. Maar jongeren met schulden zijn moeilijk te bereiken en beïnvloeden. Daarnaast blijkt dat wanneer jongeren hulp zoeken, zij dit eerder doen in het informele circuit en minder gebruik maken van formele hulp (Sarti et al., 2021). NOS op 3 maakte een item over vroegsignalering van schulden bij jongeren. Bekijk de video:



In de [video van NOS op 3](#) wordt 'Oprecht: samen tegen schulden' in Arnhem als voorbeeld aangehaald. Lees in [dit artikel](#) hoe het Oprecht lukt om jongeren met schulden te bereiken.



Signaleren

Armoede en schulden zijn niet altijd zichtbaar. Er verstrijkt gemiddeld vijf jaar tussen het ontstaan van schulden en het doen van een beroep op schuldhulp. Dit komt omdat mensen over het algemeen de ernst van problemen lastig kunnen inschatten: mensen denken tot het echt niet meer gaat het hoofd zelf boven water te kunnen houden. Ook schaamte speelt een rol, hierdoor klopt men niet aan voor hulp. Daarnaast weten mensen niet altijd waar ze terecht kunnen. Bovendien passen oplossingen aangedragen door schuldenaren zelf, niet altijd bij bestaande wetten en (ongeschreven) regels en het aanwezige hulpaanbod. Tot slot krijgen mensen die wél (bijtijds) aankloppen niet altijd passende hulp of steun.

'Als je auto een lekke band krijgt, bel je de ANWB. Maar wie bel je als je financieel in de problemen raakt? Niemand kon mij vertellen waar ik moest zijn...'

Uit: Werken aan bestaanszekerheid, p.6

Ervaringsdeskundigen benadrukken hun waarde bij het bereiken van mensen met financiële problemen. Bijvoorbeeld wanneer er sprake is van wantrouwen richting de 'systeemwereld'. Ervaringsdeskundigen inzetten kan dan een ingang geven of ervoor zorgen dat mensen wél hun voordeur opendoen.

Zo legt een ervaringsdeskundige uit: 'Ik ben een gelijkgestemde, ik hoor bij hen. Zo wordt dat gevoeld. Ik heb ook in armoede geleefd, ik weet hoe lastig het is. We hebben het daarover tijdens een kopje koffie. Dat kan ertoe leiden dat de drempels verlaagd worden.'

Uit: Hoe het lukte om de vicieuze cirkel van armoede te doorbreken.



Ontstaan van schulden

Schulden kunnen verschillende oorzaken hebben. Zo kan er sprake zijn van aanpassings-schulden; deze ontstaan wanneer het inkomen daalt maar het mensen niet lukt het uitgavenpatroon hierop aan te passen. Dit is vaak het geval bij ingrijpende levensgebeurtenissen, zoals een plotselinge inkomensdaling door een scheiding. Er kan ook sprake zijn van overlevingsschulden; het inkomen is te laag om alle noodzakelijke uitgaven te betalen. Door bijvoorbeeld het betalen van de huur uit te stellen of een kapotte wasmachine te vervangen voor een nieuwe op afbetaling, kunnen schulden ontstaan. Daarnaast kan er sprake zijn van overbestedingsschulden, wanneer mensen uitgaven maken die niet nodig zijn en die zij eigenlijk niet kunnen betalen. Ook compensatieschulden komen voor. Deze schulden ontstaan door uitgaven te doen als gevolg van ontevredenheid.

Ervaringsdeskundigen benadrukken dat schulden daarnaast ontstaan door onvoorziene omstandigheden zoals hoge energieprijzen. Maar ook door extra kosten bij schulden door in-casso, administratie en boetes of door het moeten terugbetalen van toeslagen. Marc Mulder, ervaringsdeskundige Armoede en Schulden bij Movisie geeft in [dit artikel](#) voorbeelden van situaties waarbij sprake is van huurachterstand of huurschuld. Deze voorbeelden laten zien hoe schulden snel kunnen oplopen. Dit maakt het lastig de cirkel te doorbreken.



Marc Mulder: 'De keuze waarvoor mensen gesteld worden, is onmogelijk. Vanwege beslag op inkomen is er geen ruimte om andere schulden af te lossen. Een autoverzekering wordt stopgezet zolang deze niet volledig is betaald. Zonder auto kun je niet naar je werk en heb je nog minder inkomen. Wat kun je doen? Onverzekerd rondrijden of toch maar wéér de huur niet betalen? Uiteindelijk wordt er gekozen om de huur weer niet te betalen. De huurachterstand stijgt, maar ook de schaamte, omdat het almaar niet lukt om de problemen op te lossen.'

Uit: [Doorbreek zo snel mogelijk de escalatie van schulden – Sociale Vraagstukken](#)

Een [duurzame betalingsregeling](#) bij schulden is belangrijk is. In het rondetafelgesprek [Sneller uit de schulden](#) vertellen ervaringsdeskundigen hun verhaal én maken duidelijk waarom het anders moet.



OPDRACHT DAG 4

Armoede en schulden in jouw praktijk, kun je het zien?

In de kennisbundel Signaleren, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij geldzorgen, onderscheidt Schouders Eronder drie typen signalen die in de praktijk kunnen wijzen op geldzorgen (Van der Meulen & Madern, 2023):

- 1. Statistische signalen:** als we naar de cijfers kijken, zien we verschillende risicogroepen. Dit zijn groepen mensen waarbij vaker sprake is van armoede en schulden. Zoals alleenstaande ouders. Maar ook gebeurtenissen, zoals een scheiding, kunnen ervoor zorgen dat mensen meer risico lopen. Door je te verdiepen in de risicogroepen en -gebeurtenissen, kun je alerter zijn op signalen.
- 2. Directe signalen:** signalen die wijzen op iemands financiële situatie en mogelijke geldzorgen. Zoals boodschappen of de energierekening niet kunnen betalen, ongeopende post of huurachterstand.
- 3. Indirecte signalen:** signalen die niet direct over iemands financiële situatie gaan maar die toch kunnen wijzen op mogelijke geldzorgen. Zoals het vermijden van sociaal contact of ongewoon gedrag.

Eén van deze signalen hoeft niet al te wijzen op geldzorgen. Maar wanneer je meerdere signalen opmerkt, is het belangrijk het gesprek aan te gaan.

Naast bovenstaande signalen, zijn signalenkaarten gemaakt waarop je per groep/omgeving kunt zien welke specifieke signalen vaker voorkomen. De kaarten zijn gemaakt voor professionals in het gezondheidsdomein, op school, in het veiligheidsdomein en op de werkvloer. In het gezondheidsdomein kun je denken aan een signaal als slaapproblematiek, op school aan de afwezigheid op verjaardagsfeestjes en op de werkvloer een verzoek om voorschot van het salaris.

Ook het Nibud heeft een lijst gemaakt met signalen die kunnen wijzen op geldproblemen.

Neem de signaalkaarten van Schouders Eronder en de lijst van het Nibud door en beantwoord de volgende vragen:

- 1. Kun je per type signaal een voorbeeld noemen uit jouw eigen praktijk?**



2. Welke signalen van geldzorgen zie jij vooral in jouw werkgebied?

Hoe zien de plannen in de gemeente waar jij werkt eruit als het gaat om vroegsignalering en wat is daarin de rol van jouw organisatie en jezelf?



TIP

Zet dit punt op de agenda van je teamoverleg en kom samen tot een plan over hoe jullie daaraan kunnen bijdragen



KORTE TERUGBLIK DAG 4

Je hebt dag 4 van het werkboek doorgenomen. Op deze pagina vind je een korte terugblik en extra informatie.

Vroegsignalering is erg belangrijk: het voorkomt onnodig persoonlijk leed en maatschappelijke kosten. Veel gemeenten benutten voor vroegsignalering de Vroeg Eropaf aanpak. Bij deze aanpak neemt een hulpverlener contact op bij betalingsachterstanden. De betalingsachterstand komt in beeld doordat achterstand bij huur, de zorgverzekering, de water- of energierekening centraal gemeld worden. Een hulpverlener neemt dan contact op om hulp aan te bieden en de achterstand op te lossen. In veel gevallen voorkomt dit het verder uit de hand lopen van financiële problemen.

De kennisbundel Signaleren, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij geldzorgen van Schouder Eronder geeft naast signaalkaarten ook tips over het bespreekbaar maken van deze signalen en informatie over juiste doorverwijzing bij financiële problemen: waar kan iemand terecht?

Jongeren en geldzorgen

Hogeschool Inholland deed onderzoek naar geldzorgen en vraagverlegenheid onder jongeren. Jongeren gaven drie zaken aan die zij belangrijk vinden bij het bespreekbaar maken van hun geldproblemen:

1. Dat er niet over hun geoordeeld wordt.
2. De mensen met wie ze het bespreken moeten praktische hulp kunnen bieden.
3. Hun informatie moet in vertrouwen en anoniem behandeld worden. Jongeren willen weten wat er met hun persoonlijke informatie gebeurt (Smith & Kiewiet-van Ginkel, 2023).

Het Verwey-Jonker Instituut deed onderzoek naar wat werkt bij het bereiken en begeleiden van jongeren met (mogelijke) betaalachterstanden. Jongeren gaven aan wat volgens hen zelf werkt bij het (voorkomen) van betalingsachterstanden. Inhoudelijk betekent dat dat jongeren:

- gericht hulp krijgen die aansluit bij hun levensfase.
- begeleiding krijgen waarbij naast aandacht voor financiële problemen, ook wordt geholpen bij niet-financiële problemen.
- ontzorgt worden zodat ruimte ontstaat om zaken op orde te krijgen, Bijvoorbeeld door het creëren van financieel overzicht en het overnemen van contacten met schuldeisers.
- begeleiding krijgen die niet direct stopt na de ontvangen hulp: vinger aan de pols houden en mogelijke nazorg.

Naast inhoudelijke werkzame elementen, bleek ook wat organisatorisch goed werkt voor jongeren, zoals op een speelse manier aan de slag gaan. En wat relationeel goed werkt, zoals het hebben van een vaste begeleider waar een klik mee is of jongeren die jongeren zelf helpen door hun eigen ervaringen te delen. Meer werkzame elementen vind je in het onderzoeksrapport (Odekerken et al., 2023).



Veel van bovenstaande werkzame elementen komen ook terug in wat werkt bij de aanpak van andere problemen waarmee jongeren in een kwetsbare positie te maken kunnen krijgen. De publicatie 'Praat niet over ons zonder ons' vat in tien leidende principes samen wat jongeren zelf belangrijk vinden in de ondersteuning op weg naar volwassenheid.

Meer weten

- Ben je werkgever en wil je bijdragen aan het op tijd signaleren van betaalachterstanden bij werknemers en hen helpen? Bekijk de aanpak van Moedige Dialoog Geldzorgen de Baas. Hierbinnen ontwikkelen zij ook een speciale jongerenscan. McDonald's ging je al voor.
- Lees meer over de aanpak van geldzorgen bij jongeren op de website van het Nederlands Jeugdinstituut (NJI). Bekijk ook hun pagina over armoede signaleren en bespreekbaar maken.
- Het aanpassen en toegankelijker maken van schuldhulpverlening staat op de politieke agenda. Zo zijn de schuldhulpverleningstrajecten bij gemeenten ingekort naar 1,5 jaar. Eerst was dit 3 jaar. Mensen zijn hierdoor sneller van hun schulden af. Lees meer over de veranderingen op beleidsniveau.
- Utrecht maakt filmpjes over waar Utrechters hulp bij geldzorgen kunnen vinden in verschillende talen: Nederlands, Arabisch, Turks, Farsi en Marokkaans. Bekijk de filmpjes. Belangrijk, want mensen met een niet-westerse achtergrond lopen een hoger risico op armoede.
- In de publicatie: Naar nul huisuitzettingen. Zo doe je dat! vind je praktische handvatten en inspirerende voorbeelden over het voorkomen en verminderen van huisuitzettingen als gevolg van het niet kunnen betalen van huur.
- Niet iedereen leert tijdens de opvoeding hoe om te gaan met geld of heeft ouders die hun financieel kunnen ondersteunen. Mia pleit daarom voor het bespreekbaar maken van geldzorgen en armoede op school. Lees haar ervaringen.
- Lees meer over de waarde van ervaringsdeskundigen in sociale wijkteams of bekijk het literatuuronderzoek van het Verwey-Jonker Instituut over de waarde van ervaringsdeskundigheid in de schuldhulpverlening.
- Ook huisartsen kunnen bijdragen in het signaleren en bespreken van geldproblemen.
- Bekijk de praatplaat: preventie bij life-events om te zien wat jij kunt bijdragen wanneer er sprake is van een life-event.





BELANGRIJK: AANDACHT VOOR SUÏCIDALE GEDACHTEN!

Mensen met schulden hebben twee keer zo vaak suïcidale gedachten als mensen zonder schulden. Het is belangrijk om te beseffen dat het hebben van (ernstige) schulden een belangrijke risicofactor is voor suïcidaliteit. Het helpt om erover te praten. Maar dat kan als professional of vrijwilliger best spannend zijn. Op de website samenmindersuicide.nl vind je tips en workshopmateriaal voor onder andere mensen die werken met mensen met schulden zoals schuldhelpverleners en deurwaarders. De informatie op deze website helpt je bij het herkennen van signalen en leert je hoe je een gesprek over zelfdoding voert. Door signalen van suïcidaliteit op te vangen en hier zelf het gesprek over aan te gaan kun je een verschil van leven en dood maken.

- Ga naar samenmindersuicide.nl,
- volg de [online training Suïcidepreventie van 113](#)
- of bekijk het [webinar over Schulden en Suïcidepreventie terug](#) (onderaan webpagina)

Afsluitende vraag dag 4

Wat ga jij morgen anders doen om financiële problematiek vroeger te signaleren?



ANTWOORDEN DAG 4

Hoeveel mensen in Nederland hebben (ernstige) betalingsproblemen?

- **Antwoord B is het goede antwoord.**

1,35 miljoen huishoudens hebben (ernstige) betalingsproblemen. Dit is één op de vijf huishoudens in Nederland (Schonenwille & Crijnen, 2019). 7,7 procent van alle Nederlandse huishoudens had op 1 januari 2021 geregistreerde problematische schulden volgens cijfers van het CBS. Hierbij kun je denken aan al een halfjaar geen zorgpremie betalen of een meer dan twee maanden oude tweede aanmaning van een verkeersboete.

Bij hoeveel procent van de huishoudens onder de lage inkomensgrens is sprake van schuldenproblematiek?

- **Antwoord B is het goede antwoord.**

In cijfers van het CBS uit 2020 geeft 14,3 procent van de huishoudens onder de lage-inkomensgrens aan dat zij schulden moeten maken om rond te kunnen komen. Van de huishoudens boven deze lage-inkomensgrens is dit maar 2,1 procent (CBS, 2021).

Hoeveel Nederlanders schamen zich voor hun financiële situatie?

- **Antwoord A is het goede antwoord.**

Een op de zeven Nederlanders geeft aan zich te schamen voor de eigen financiële situatie. Op dag 2 stonden we al even stil bij deze schaamte en hoe je daar als professional het best mee kunt omgaan. Belangrijk, want uit onderzoek blijkt onder andere dat Nederlanders die zich schamen voor hun financiële situatie meer piekeren over geld, minder controle over hun financiële situatie ervaren en meer stress hebben (Plantinga, 2019).

[Terug naar dag 4 >>](#)





The screenshot shows the Movisie website interface. At the top, there is a navigation menu with links for 'Home', 'Sociale uitdagingen', 'Nabije omgeving', 'Professionele ondersteuning', 'Doen wat werkt', 'Zoeken', and 'Meer'. Below the navigation is a large banner image with the text 'Geldzorgen?' and 'Arnhem'. The main content area features the article title 'Hoe het Oprecht wél lukt om jongeren met schulden te bereiken' and a sub-headline 'In Arnhem zet een opvallend succesvol initiatief zich in om schulden bij jongeren op te lossen en te voorkomen.' To the right, there is a section titled 'Onze contactpersonen' with contact information for Marc Mulder and Mirjam Andries. The article is categorized as 'Artikel' and 'Interview'.

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

Introductie

Opdracht

Terugblik

Artikel

DAG 5

Hoe het Oprecht wél lukt om jongeren met schulden te bereiken

In Arnhem zet een opvallend succesvol initiatief zich in om schulden bij jongeren op te lossen en te voorkomen. 'Oprecht: samen tegen schulden' wordt gevormd door drie jongerenorganisaties: AM-Supportteam, Stichting JAM en Presikhaaf University. Marc Mulder, senior ervaringsdeskundige Armoede en Schulden bij Movisie, sprak met de oprichter van Presikhaaf University, Melvin Kolf.

Melvin: 'Wat ons succes is? We zeggen wat we doen en doen wat we zeggen. Oprecht dus, zoals onze naam.' Naast het snel reageren draagt ook aanwezigheid op plekken waar jongeren komen bij aan het succes. Melvin: 'We zijn nabij, heel dicht bij de doelgroep. We zitten niet op kantoor te wachten, maar gaan langs bij jongerencentra en voetbalverenigingen. Ook zitten we één keer in de week bij de rechtbank. Medewerkers zijn ook twee dagdelen in de week aanwezig op het grootste MBO college van Arnhem.'

Lees het artikel '[Hoe het Oprecht wél lukt om jongeren met schulden te bereiken](#)' op [movisie.nl](https://www.movisie.nl).
Publicatiedatum: 6 maart 2023.

[naar artikel →](#)



Structurele problemen: vergroot jouw cirkel van invloed!

Deze dag zoomen we in op het agenderen van structurele problemen die bestaansonzekerheid kunnen veroorzaken, ook wel politiseren genoemd.

Dag 1 maakte duidelijk dat steeds meer Nederlandse huishoudens moeite hebben het hoofd financieel boven water te houden. Dit kan verschillende oorzaken hebben. Vandaag gaan we in op de structurele oorzaken van armoede.

Wat zijn structurele problemen?

Structurele problemen zijn problemen die mensen niet in hun eentje kunnen oplossen. Denk bijvoorbeeld aan tekortkomingen in regel- en wetgeving die voor bepaalde groepen negatief uitpakken, gebrek aan betaalbare woonruimte, een langdurig te laag bestaansminimum zoals het minimumloon of een bijstandsuitkering, onzekere nul uren- en flexcontracten en energiearmoede. Structurele problemen vragen om een duurzame oplossing.

Per 1 januari 2023 is het minimumloon met 10 procent gestegen. Toch laat onderzoek van het SCP zien dat deze verhoging op korte termijn niet de mentale en fysieke gezondheid van mensen met de laagste inkomens verbetert. Om de kwaliteit van leven te verhogen voor de mensen met lage inkomens, is meer nodig (2023). Ook de Landelijke Armoedecoalitie blijft met een campagne en brandbrief bij de Tweede Kamer en het kabinet aandacht vragen voor bestaanszekerheid en structurele maatregelen. De Commissie Sociaal Minimum kijkt momenteel naar welke verhoging van het sociaal minimum noodzakelijk is. Want dat er verhoging nodig is, is inmiddels duidelijk (2023).



- INTRO
- DAG 1
- DAG 2
- DAG 3
- DAG 4
- DAG 5**
- Introductie
- Opdracht
- Terugblik

Als parttime werkende alleenstaande moeder had Frouke het niet breed, maar kon ze het altijd nog redden. Nu niet meer. Geconfronteerd met een energierekening van meer dan € 600,- per maand, een huurverhoging en de dure boodschappen staat ze met de rug tegen de muur. 'Dit kan zo niet langer. Ik wil mijn kinderen een fatsoenlijk bord eten geven, maar zo is het niet meer te doen.'

Uit: Campagne bestaanszekerheid voor iedereen, Landelijke Armoedecoalitie (2023).

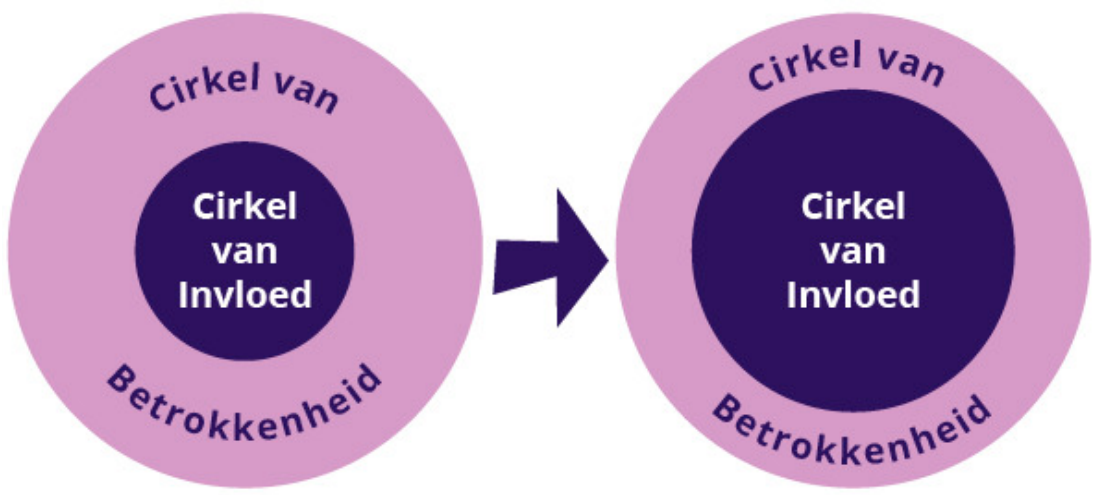
Dat in Nederland 'werkende armen' bestaan, laat zien dat betaald werk niet altijd de oplossing uit armoede is. Deze mensen kunnen ondanks hun baan of banen niet rondkomen. In 2018 had een derde van de kinderen die opgroeide in armoede werkende ouders (Franken et al., 2022).

Wat kun jij doen?

Als cliënten elke maand geld te kort komen en de betaalachterstanden zich opstapelen, welke invloed kun jij dan aanwenden om de oorzaken achter deze structurele problemen aan te pakken? Kom erachter met de cirkel van invloed.

De cirkel van invloed en betrokkenheid

Steven Covey is de bedenker van de cirkel van invloed en betrokkenheid. Deze cirkel maakt je bewust van de vraag of je de mate van invloed die je kunt hebben ook voldoende benut. Het werkt heel simpel: alle zaken waar jij je druk om maakt of betrokken bij voelt rondom het armoede vraagstuk, zitten binnen de cirkel van betrokkenheid. Op sommige dingen binnen deze cirkel kun je invloed uitoefenen: de cirkel van invloed. Focus op die cirkel geeft je energie. Het is de kunst om de overlap van de cirkel van invloed en de cirkel van betrokkenheid zo groot mogelijk te maken. Focus dus op de cirkel van invloed, en vergroot daarmee deze cirkel.





OPDRACHTEN DAG 5

Vergroot jouw cirkel van invloed!

1. Teken een grote cirkel. Dit is de cirkel van betrokkenheid.
2. Schrijf aan de rand een vraagstuk waar je tegenaan loopt als het gaat om armoede. Teken vervolgens een kleinere cirkel in de grote ring; de cirkel van invloed.
3. Zet hierin de dingen waarop jij invloed hebt en die met het vraagstuk in de grote cirkel te maken hebben.

Reflecteer aan de hand van de volgende vragen:

1. Aan welke van de twee cirkels besteed jij de meeste tijd en aandacht?
2. Hoe kan jij meer focussen op de cirkel van invloed zodat je je energie juist besteedt?
3. Wat ga je doen om je cirkel van invloed te vergroten? Formuleer een actie die je direct kunt ondernemen.



Sommige oorzaken en oplossingsrichtingen van armoede en schulden liggen niet direct in jouw cirkel van invloed, maar meer in de cirkel van betrokkenheid, denk aan beleid en wet- en regelgeving. Door lokaal signalen en vraagstukken samen met anderen te agenderen en te politiseren, kunnen daar wel veranderingen in plaatsvinden, al kan dit een proces van lange adem zijn.



TIPS

Politiseren is iets tot een politieke zaak maken. Om dit voor elkaar te krijgen kun je bijvoorbeeld lobbyen met andere partijen in de gemeente die ook met armoede bezig zijn. Breng de structurele knelpunten die spelen én de mogelijke oplossingsrichtingen helder in kaart en ga hierover in gesprek met de gemeente. Mooi voorbeeld van hoe je dit kunt doen vormt de Armoedecoalitie Utrecht. Samen kom je verder!

Lees meer over politiseren: Politisierend werken: pak armoede aan door structurele problemen zichtbaar te maken | Movisie

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Introductie

Opdracht

Terugblik



KORTE TERUGBLIK DAG 5

Op dag 5 stonden we stil bij politiserend werken: hoe kun jij je invloed aanwenden om mensen met financiële problematiek te helpen? Bijvoorbeeld door een stem te geven aan mensen, iets publiek te maken en individuele problemen tot sociale kwesties te maken. We stonden stil bij het agenderen van structurele oorzaken van bestaansonzekerheid en je kreeg inzicht in jouw cirkel van invloed en betrokkenheid.



TIPS

De verdieping in? In de Movisie Academie staat een (gratis) e-learning voor je klaar over Signaleren en begeleiden bij financiële problemen. Na afronding van deze online training ontvang je bovendien één accreditatiepunt via Registerplein.

Behoeftte aan meer reflectie en kennis over wat werkt bij de aanpak van armoede en hoe je dit kunt inzetten in jouw praktijk? Bekijk dan de leer- en verbeter toolbox Armoede op watwerktbij.nl

Uitsmijter van Christine Kuiper, projectleider kenniscentrum Phrenos en voorheen senior kenniswerker bij Movisie:



'We verwachten veel van zelfredzaamheid als het gaat om armoede en schulden. Armoede en schulden verlammen en maken machteloos. Oplossingen die je zelf bedenkt, passen niet bij de regels. Je weet niet waar je je moet melden of je durft dat niet. Schaamte speelt ook een rol. Lange tijd lag de focus vooral op het gedrag van de mens in armoede of schulden. Er is nu steeds meer aandacht voor de complexiteit van deze problematiek en de impact ervan op bijvoorbeeld gezondheid en psychisch welzijn. Het inzicht lijkt eindelijk ingedaald, dat het niet gaat om niet willen, maar om niet kunnen en niet mogen. We moeten stress-sensitief gaan werken en tegelijkertijd structurele oorzaken aanpakken. Nu is het de kunst om dit goed te vertalen in beleid én uitvoering.'

Uit: 'In een koud huis nodig je natuurlijk niemand uit' | Movisie

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Introductie

Opdracht

Opdracht

Terugblik

Terugblik



Reflectie

We sluiten dit keer af met een aantal reflectievragen die je zowel individueel als met je team kunt beantwoorden.

Welk structureel probleem rondom armoede en/of schulden zou jij willen aanpakken?

Met welke partners kun je samenwerken om hierin verandering voor elkaar te krijgen?

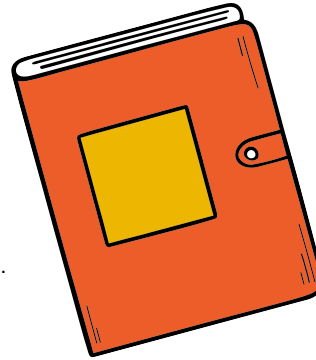
Welke rol kunnen mensen die te maken hebben met financiële problemen daarbij zelf spelen?

In hoeverre houden jullie als professionals of organisatie de structurele problemen (bedoeld of onbedoeld) zelf in stand?



Meer weten

- Lees meer over politiseren: [Politiseren kun je leren: 10 tips om samen armoede aan te pakken | Movisie](#)
- Lees de column van Tim 'S Jongers in de Correspondent over structurele armoede en waarom termen als 'energiermoede' het werkelijke probleem verhullen.
- 1 op de 3 mensen met een beperking kan moeilijk rondkomen. Lees [het verhaal van Veroni](#), zij heeft veel extra kosten door haar beperking en kan alleen rondkomen dankzij giften.
- In het dossier [Wat werkt bij de aanpak van armoede en schulden](#) beschrijven we welke werkzame elementen jij kunt inzetten om personen te ondersteunen die te maken hebben met financiële problemen.
- Ga naar de campagne [Bestaanszekerheid voor iedereen](#) van de Landelijke Armoedecoalitie, of bekijk de campagne [Ik zit klem](#) over medewerkers van sociaal ontwikkelbedrijven, want ook hun bestaanszekerheid staat onder druk.
- Bekijk het stappenplan [Effecten van armoede in gezinnen verminderen](#). Dit stappenplan geeft handvatten om vanuit een gezamenlijke analyse te komen tot een samenhangende aanpak.
- Bekijk de [Handreiking mentaal gezonde wijken van Pharos](#) voor aanbevelingen en tips om mentale gezondheid van inwoners in een kwetsbare positie te verbeteren.



Afsluitende vraag dag 5

Welke actie ga jij doen om je cirkel van invloed te vergroten?

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Introductie

Opdracht

Terugblik

RESULTATEN CHALLENGE ARMOEDE 2023

De Challenge Armoede vond plaats in oktober 2023. Benieuwd naar de ervaring van de deelnemers en wat zij naar aanleiding van de opdrachten anders gaan doen? Bekijk de resultaten hieronder. Bedankt voor jouw deelname!

INTRO

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

Armoede beter begrijpen

Resultaten uit de Challenge Armoede 2023

Tijdens de [Challenge Armoede 2023](#) ontvingen ruim 2600 deelnemers vijf dagen een e-mail met kennis en opdrachten over armoede. Hoe kijken deelnemers erop terug?

Feiten en cijfers

8

Meer dan de helft van de deelnemers beoordeelde de week met een 8 of hoger

2600

Aantal deelnemers

7,9

Best beoordeelde dag: dag 3 (woensdag)

Reacties van deelnemers

ma

Waar wil jij je echt hard voor maken als het gaat om armoede in jouw werkgebied?
'In mijn werk met jongeren wil ik hen bewust maken en voldoende sterk om hulp te vragen en aanvaarden. Ook zodat ze met een open blik naar anderen kijken die het moeilijker hebben, zonder steeds te (ver)oordelen.'

di

Welke tip rondom stress en emoties bij geldzorgen vormt voor jou de grootste uitdaging?
'Ik zou graag sneller concreet iets willen betekenen voor mensen maar helaas is dit niet altijd mogelijk. Dan is naast iemand staan, luisteren en rust uitstralen wel iets wat je kunt doen. Dat kan machteloos voelen maar is wel belangrijk.'

wo

Wat kun je morgen al anders doen om stress bij je cliënten te verminderen?
'Vanaf morgen ga ik nog meer werken vanuit gelijkwaardigheid. Mezelf constant de vraag stellen hoe ik het zou vinden als ik op een bepaalde vraag antwoord moet geven of een tip zou krijgen.'
'Ik blijf me verplaatsen in de ander en stel van daaruit vragen. Bijv.: 'Wat maakt dat ...? In plaats van: 'Waarom heb je dit niet gedaan?' Samen zoeken naar een oplossing.'

do

Wat ga jij morgen anders doen om financiële problematiek vroeger te signaleren?
'Ik blijf mij inzetten op het leggen van contacten in de wijk om zo makkelijk aanspreekbaar te zijn voor vragen over armoede en schulden.'
'Ik heb meer aandacht voor schaamte die mensen ervaren als belemmering om hulp te zoeken.'

vr

Welke actie ga jij doen om je cirkel van invloed te vergoten?
'Ik ga kijken met welke partijen ik kan samenwerken rondom armoede in mijn wijk.'
'Wij zijn bezig met het oprichten van een Armoede Alliantie waarbij alle partijen die zich met het onderwerp bezighouden vertegenwoordigd zijn. We zoeken afstemming, samenwerking en nemen initiatieven. We hebben een actieve rol naar de lokale politiek en verantwoordelijke wethouder.'

Q&A met ervaringsdeskundigen



75% van de kijkers
beoordeelt de online Q&A
met een 7 of hoger.

Op woensdagochtend 11 oktober 2023 vond de online
Q&A 'Armoede: wat werkt wel?' met ervaringsdeskundigen plaats.
Deze kun je hier terugkijken.

Deelnemers namen hieruit mee wat stress door geldzorgen met
mensen doet en dat het vooral belangrijk is om zonder
vooroordelen naar iemand te luisteren.



Social Work studenten InHolland

320

In november deden 320 eerste en tweedejaars Social Work
studenten van Hogeschool InHolland uit Rotterdam mee aan de
challenge tijdens hun themaweek over armoede. De studenten en
docenten beoordelen de informatie en opdrachten met een
gemiddelde van 7,2.

Reacties van studenten:

'Voor mij is het belangrijk dat iedereen een volwaardig leven kan
leven met voldoende eten, een warm bed en geen financiële
zorgen. De komende tijd wil ik dus informatie op doen hoe wij dit
als samenleving waar kunnen maken.'



'Als een moeder haar laatste cent uitgeeft aan speelgoed voor haar kind,
omdat haar kind niets heeft om mee te spelen, neem je het haar dan kwalijk?'

Dit jaar bundelden we de krachten met de HAN en haar jaarlijkse Week tegen Armoede.
Onder andere door samen op te trekken in de organisatie van de online Q&A met
ervaringsdeskundigen en door een bijdrage te leveren aan het Symposium van de
HAN.

[Bekijk alle informatie en opdrachten](#)

Deze challenge is een initiatief van Movisie in samenwerking met:



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken

HAN UNIVERSITY
OF APPLIED SCIENCES



Armoedeactie
Week



BRONNENLIJST

Onderzoeken en rapporten

- CBS (2021). *Armoede en sociale uitsluiting 2021*. Den Haag: CBS. Geraadpleegd van longreads.cbs.nl/armoede-en-sociale-uitsluiting-2021
- CBS, Nibud & SCP (2023). *Op weg naar een nieuwe armoedegrens. Tussenrapport van het gezamenlijke project 'Uniformering armoedeafbakening'*. Den Haag en Utrecht: CBS, Nibud en SCP. Geraadpleegd van www.scp.nl/publicaties/publicaties/2023/06/30/op-weg-naar-een-nieuwe-armoedegrens
- Commissie Sociaal Minimum (2023). *Een zeker bestaan - Naar een toekomstbestendig stelsel van het sociaal minimum*. Rapport I. Geraadpleegd van www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2023/06/30/een-zeker-bestaan-rapport-i-commissie-sociaal-minimum
- De Bruijn, E.J., & Antonides, G. (2022). Poverty and economic decision making: a review of scarcity theory. *Theory and Decision* 92, 5-37. Geraadpleegd van doi.org/10.1007/s11238-021-09802-7
- Franken, M., Kuiper, C., & Van der Sanden, P. (2022). *Bestaanszekerheid onder druk. De stand van zaken*. Utrecht: Movisie. Geraadpleegd van www.movisie.nl/publicatie/bestaanszekerheid-onder-druk
- Groen, A., Van Horssen, C., & Veenman, N. (2022). *Rapport Rondkomen en betalingsproblemen. Ervaringen van Nederlandse huishoudens in onzekere tijden*. Utrecht: Nibud. Geraadpleegd van www.nibud.nl/onderzoeksrapporten/rapport-rondkomen-en-betalingsproblemen-2022
- Hoff, S., Van Hulst, B., Wildeboer Schut, J.M., & Goderis, B., (2019). *Armoede in Kaart 2019*. Den Haag: SCP. Geraadpleegd van digitaal.scp.nl/armoedeinkart2019
- Hosper, K. & Van Loenen, T. (2021). *Leven met ongezonde stress. Aandacht voor chronische stress in de aanpak van gezondheidsverschillen*. Utrecht: Pharos. Geraadpleegd van www.pharos.nl/kennisbank/leven-met-ongezonde-stress
- Movisie (2022). *Werken aan bestaanszekerheid. Gemeenten aan de slag vanuit het perspectief van inwoners*. Utrecht: Movisie en Werkplaatsen Sociaal Domein. Geraadpleegd van www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2022-06/Werken-aan-bestaanszekerheid-2022.pdf
- Odekerken, M., Out, M., & Stavenuiter, M. (2023). *Werkzame elementen bij jongereninterventies, gericht op het voorkómen van (mogelijke) betalingsachterstanden. Voor en door jongeren*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut. Geraadpleegd van www.verwey-jonker.nl/publicatie/werkzame-elementen-bij-jongereninterventies

- Oomkens, R., Drijvers, A., Salomé, L., Eleveld, A., Kistemaker, S., & Bouma, H. (2022). *Hardvochtige effecten op burgers door knelpunten in (uitvoering) wet- en regelgeving binnen de sociale zekerheid*. Zoetermeer: Panteia, Muzus, Vrije Universiteit Amsterdam en Hogeschool Utrecht. Geraadpleegd van www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/07/07/eindrapport-hardvochtige-effecten
- Plantinga, A. (2019). *Poor psychology: poverty, shame, and decision making*. Ridderprint. Geraadpleegd van research.tilburguniversity.edu/en/publications/poor-psychology-poverty-shame-and-decision-making
- Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (2020). *Gezondheidsverschillen voorbij. Complexe ongelijkheid is een zaak van ons allemaal*. Den Haag: Raad voor Volksgezondheid en Samenleving. Geraadpleegd van adviezen.raadvv.nl/gezondheidsverschillen-voorbij
- Sarti, A., Odekerken, M. & Koster, N. (2021). *Ondersteuning van jongeren met schulden in Lelystad. Zicht op wat er is en wat er wordt gemist*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut. Geraadpleegd van www.verwey-jonker.nl/wp-content/uploads/2021/03/220200_Ondersteuning-jongeren-met-schulden-Lelystad-WEB.pdf
- Schonewille & Crijnen (2019). *Financiële problemen 2018. Geldzaken in de praktijk 2018-2019 deel I*. Nibud. Geraadpleegd van www.nibud.nl/onderzoeksrapporten/financiële-problemen-2018
- Smith, P., & Kiewiet-van Ginkel, S. (2023). *Jongeren, geldstress en vraagverlegenheid. Schaarste en vraagverlegenheid bij jongeren in Haarlemmermeer*. Hogeschool Inholland. Geraadpleegd van sociaaldomeinnoordholland.mett.nl/documenten/handlerdownloadfiles.ashx?idnv=2458239
- Van der Meulen, B., & Madern, T. (2023). *Signaleren, bespreekbaar maken en doorverwijzen bij geldzorgen*. Utrecht: Schouders Eronder en Hogeschool Utrecht. Geraadpleegd van www.kennisbundel.nl/kennisbank/artikel/signaleren-bespreekbaar-maken-en-doorverwijzen-bij-geldzorgen
- VNG (2023). *Bestaanszekerheid als belofte. Naar een lokale agenda bestaanszekerheid*. Den Haag: VNG. Geraadpleegd van vng.nl/sites/default/files/2023-03/bestaanszekerheid-als-belofte-essay-vng-20230329.pdf

Lezing en video

- Movisie Utrecht (2022, 29 maart). *Participatielezing 2022 – Tim 'S Jongers (RVS)* [Video]. YouTube. www.youtube.com/watch?v=_5r7fedhRXw&t=445s
- NOS op 3. (2022, 6 oktober). *Jong, geldstress en bijna niemand die je helpt* [Video]. YouTube. www.youtube.com/watch?v=_gTyw1Jdres

Webpagina's

- CBS. (2023a). Laag en langdurig laag inkomen van huishoudens; huishoudenskenmerken. Geraadpleegd van www.cbs.nl/nl-nl/cijfers/detail/83841NED
- CBS. (2023b). Schulden problematiek in beeld. Geraadpleegd van dashboards.cbs.nl/v5/SchuldenproblematiekInBeeld/
- CBS. (2023, 8 juni). Zorgen over financiële toekomst in jaar tijd flink toegenomen. Geraadpleegd van www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2023/23/zorgen-over-financiele-toekomst-in-jaar-tijd-flink-toegenomen
- College voor de Rechten van de Mens. (2023, 17 mei). Integrale aanpak armoede broodnodig voor behalen VN-duurzaamheidsdoelen. Geraadpleegd van www.mensenrechten.nl/actueel/nieuws/2023/05/17/integrale-aanpak-van-armoede-broodnodig-voor-behalen-van-vn-duurzaamheidsdoelen
- Commissie Sociaal Minimum. (2023, 30 juni). Forse verhoging van het sociaal minimum is nodig. Geraadpleegd van www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2023/06/30/force-verhoging-van-het-sociaal-minimum-is-nodig
- CPB. (2023, 17 augustus). Economische groei valt terug, armoede en overheidstekort vragen aandacht. Geraadpleegd van www.cpb.nl/augustusraming-2023
- Custers, A. (2023, 27 juni). Systeemveranderingen nodig om mensen uit armoede te halen. *Sociale Vraagstukken*. Geraadpleegd van www.socialevraagstukken.nl/systeemveranderingen-nodig-om-mensen-uit-armoede-te-halen
- Landelijke Armoedecoalitie. (2023, 27 mei). Ellen kan niet meer de boodschappen halen die ze wil. *Campagne bestaanszekerheid voor iedereen*. Geraadpleegd van www.armoedecoalitie-utrecht.nl/gezichten/hellen-kan-niet-meer-de-boodschappen-halen/
- Landelijke Armoedecoalitie. (2023, 3 juni). Frouke betaalt torenhoge energierekening maar staat in de kou. *Campagne bestaanszekerheid voor iedereen*. Geraadpleegd van www.armoedecoalitie-utrecht.nl/gezichten/frouke-betaalt-torenhoge-energierekening-maar-staat-in-de-kou/
- Landelijke Armoedecoalitie. (2023, 11 juni). Veroni kan alleen dankzij giften rondkomen. *Campagne bestaanszekerheid voor iedereen*. Geraadpleegd van www.armoedecoalitie-utrecht.nl/gezichten/veroni-kan-alleen-dankzij-giften-rondkomen
- Landelijke Armoedecoalitie. (2023, 2 juli). Tamara: "Ik denk er wel eens over om te verhuizen". *Campagne bestaanszekerheid voor iedereen*. Geraadpleegd van www.armoedecoalitie-utrecht.nl/gezichten/tamara-ik-denk-er-wel-eens-over-om-te-verhuizen
- Landelijke Armoedecoalitie. (2023, 19 september). Campagne bestaanszekerheid voor iedereen. Brandbrief. Geraadpleegd van www.armoedecoalitie-utrecht.nl/bestaanszekerheid/#een
- Movisie. (2021, 7 mei). Schaamte voor schulden doorbreken: het kán! Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/schaamte-schulden-doorbreken-kan

- Movisie. (2022, 10 januari). Wat is er nodig voor een effectieve inzet van stress-sensitieve dienstverlening? Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/wat-er-nodig-effectieve-inzet-stress-sensitieve-dienstverlening
- Movisie. (2022, 19 april). Hanny Heuvelink komt op voor mensen in armoede. Hanny en de stofzuigeraffaire. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/hanny-heuvelink-komt-mensen-armoede
- Movisie. (2022, 13 mei). Groep die niet kan rondkomen door inflatie wordt steeds groter. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/groep-die-niet-kan-rondkomen-door-inflatie-wordt-steeds-groter
- Movisie. (2022, 14 november). Nieuw rapport: wetten zijn nodeloos ingewikkeld en effect soms hardvochtig. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/nieuw-rapport-wetten-zijn-nodeloos-ingewikkeld-effect-soms-hardvochtig
- Movisie. (2022, 16 november). 'In een koud huis nodig je natuurlijk niemand uit'. Een interview met Christine Kuiper. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/koud-huis-nodig-je-natuurlijk-niemand-uit
- Movisie. (2022, 21 november). Geldgebrek, gezondheid en de stress-sensitieve benadering. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/geldgebrek-gezondheid-stress-sensitieve-benadering
- Movisie. (2022, 23 november). Onderzoek naar de impact van emoties bij armoede. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/onderzoek-naar-impact-emoties-armoede
- Movisie. (2022, 23 november). Infographic Emoties bij armoede. Geraadpleegd van www.movisie.nl/publicatie/infographic-emoties-armoede
- Movisie. (2023, 11 juli). 'Een duurzame betalingsregeling zou uitgangspunt moeten zijn voor alle schuldeisers'. Ervarensdeskundige Marc Mulder bij gesprek in Tweede Kamer. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/duurzame-betalingsregeling-zou-uitgangspunt-moeten-zijn-alle-schuldeisers
- Movisie. (2023, 13 juli). Hoe het lukte om de vicieuze cirkel van armoede te doorbreken. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/hoe-lukte-om-vicieuze-cirkel-armoede-te-doorbreken-1
- Movisie. (2023, 17 juli). Ook Amsterdam gaat gewoon geld geven, want het werkt. Geraadpleegd van www.movisie.nl/artikel/ook-amsterdam-gaat-gewoon-geld-geven-want-werkt#:~:text=Movisie%2Dexpert%20Mirjam%20Andries%3A%20%27,%27
- Mulder, M. (2022, 2 februari). Doorbreek zo snel mogelijk de escalatie van schulden. *Sociale vraagstukken*. Geraadpleegd van www.socialevraagstukken.nl/dorbreek-zo-snel-mogelijk-de-escalatie-van-schulden
- Nederlands Jeugdinstituut. (2023). Zicht op kinderen die opgroeien in armoede. Geraadpleegd van www.nji.nl/armoede/zicht-op-kinderen-die-opgroeien-in-armoede

- Nibud. (2022, 9 juni). Middeninkomens redden het door hoge energierekening niet meer zonder bezuinigingen. Geraadpleegd van www.nibud.nl/nieuws/energieprijzen-middeninkomens-komen-niet-rond
- Nibud. (2022, 15 juli). Nibud: groeiend aantal huishoudens zit financieel klem. Geraadpleegd van www.nibud.nl/nieuws/groeiend-aantal-huishoudens-financieel-klem
- Nibud. (2023, 1 mei). Nibud: regelingen voor Amsterdamse jongeren niet genoeg. Geraadpleegd van www.nibud.nl/nieuws/nibud-regelingen-voor-amsterdamse-jongeren-niet-genoege/?utm_medium=email
- Nibud. (z.d.). Een ander helpen. Geraadpleegd van www.nibud.nl/onderwerpen/geldproblemen/een-ander-helpen/#Signalen
- Nibud. (z.d.). Een financiële buffer. Geraadpleegd van www.nibud.nl/onderwerpen/sparen/een-financiele-buffer-opbouwen
- Notten, N. (2022, 10 februari). Kansenongelijkheid wordt van generatie op generatie overgedragen. *Sociale vraagstukken*. Geraadpleegd van www.socialevraagstukken.nl/kansenongelijkheid-wordt-van-generatie-op-generatie-overgedragen
- Pharos. (z.d.). Kansrijke Start & armoede en schulden. Geraadpleegd van www.pharos.nl/kansrijke-start-armoede-en-schulden
- SCP. (2023, 15 februari). SCP: Verhoging minimumloon heeft positief effect op inkomen, maar niet direct op gezondheid en welzijn. Geraadpleegd van www.scp.nl/actueel/nieuws/2023/02/15/scp-verhoging-minimumloon-heeft-positief-effect-op-inkomen-maar-niet-direct-op-gezondheid-en-welzijn
- Ten Houte de Lange, S. (2018, 18 oktober). Interview: Elisabeth Babcock van Mobility Mentoring: 'Hersenen kunnen herstellen van armoedestress'. *Sociale Vraagstukken*. Geraadpleegd van www.socialevraagstukken.nl/interview/elisabeth-babcock-van-mobility-mentoring-hersenen-kunnen-herstellen-van-armoedestress
- Van Aalten. (2023, 8 juni). Armoede verlaagt IQ? Streep erdoor! *Sprank*. Geraadpleegd van sprankmagazine.nl/armoede-verlaagt-iq-streep-erdoor

Movisie: kennis en aanpak van sociale vraagstukken

Movisie is hét landelijk kennisinstituut voor een samenhangende aanpak van sociale vraagstukken. Samen met de praktijk ontwikkelen we kennis over wat echt goed werkt en passen we die kennis toe. De unieke rol van Movisie is het versnellen van leerprocessen. We zijn alleen tevreden als we een duurzame positieve verandering voor mensen in een kwetsbare positie realiseren. Kijk voor meer informatie op www.movisie.nl.



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken

Colofon

Auteurs: Pien van der Sanden en Mirjam Andries. Met medewerking van Hanneke Mateman, Marc Mulder en Marcella van Vloten.

Eindredactie: Communicatie Movisie

Vormgeving: Suggestie & illusie

Deze challenge is een initiatief van Movisie in samenwerking met Week tegen Armoede (HAN), Associatie Wijkteams, Sociaal Werk Nederland, Armoedecoalitie Utrecht, Verwey-Jonker Instituut, het Nederlands Jeugdinstituut (Nji) en de Beroepsvereniging voor professionals in het sociaal werk (BPSW).



De inhoud van deze publicatie is met grote zorg samengesteld. Desondanks is Movisie niet aansprakelijk voor de eventuele schade die ontstaat door het gebruik van deze informatie.

Overname van tekst is toegestaan onder voorwaarde van bronvermelding: © Movisie, Utrecht, 2024. Overname van afbeeldingen, foto's of illustraties is niet toegestaan.

Januari 2024

Deze publicatie is tot stand gekomen dankzij financiering van het ministerie van VWS.



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport