

# Eén op de vier Nederlanders kampt met geestelijke gezondheidsproblemen door financiële onzekerheid

29-05-2024 08:46



In de afgelopen twaalf maanden heeft een kwart van de Nederlanders (28%) last gehad van geestelijke gezondheidsproblemen als gevolg van zorgen over hun persoonlijke financiën. Dit blijkt uit het pulse onderzoek van credit managementorganisatie [Intrum](#), onder 1.000 Nederlandse consumenten. De bezorgdheid over de eigen financiën, heeft ook een negatieve invloed op sociale banden. Zo geeft één kwart van de consumenten (23%) aan dat de relaties met vrienden en familie onder druk staan door geldgebrek.

## Fysieke gezondheid en negatieve gevoelens

Naast dat financiële onzekerheid resulteert in geestelijke gezondheidsproblemen, werkt het ook door op de fysieke gesteldheid. Zo geeft 31 procent van de consumenten aan dat geldgebrek ervoor zorgt dat ze minder aandacht besteden aan hun lichamelijke gezondheid. Geldgebrek zorgt voor negatieve gevoelens, zo voelt een derde van de consumenten zich aanzienlijk pessimistischer over hun financiële vooruitzichten dan gebruikelijk voor deze tijd van het jaar (32%). Verder heeft 21 procent er geen vertrouwen in dat ze dit jaar genoeg zullen verdienen om een comfortabel en stressvrij leven te leiden.

## Managen van financiën

De consument is druk bezig om grip te krijgen op hun eigen financiën. Zo overweegt 31 procent een extra baan of inkomstenbron om de kosten van levensonderhoud dit jaar te kunnen dragen. Ook wordt er gekeken naar

besparingsmogelijkheden. Zo geeft 51 procent van de consumenten aan hun maandelijkse abonnementen te verminderen. Andere acties die ze de komende maanden ondernemen om hun levenskosten te managen zijn: het bezuinigen op leuke uitgaven (54%), winkelen bij goedkope winkels en/of winkels met kortingen (46%), maandelijks minder sparen (24%) en een baan zoeken die beter betaalt (20%).

Toch lukt het niet iedereen om elke maand rond te komen en dan kan het zo zijn dat er rekeningen moeten worden uitgesteld of worden overgeslagen. De eerste rekeningen die de consument laat vallen om binnen hun budget te blijven, zijn hun sportabonnement (76%), abonnementen op tv- en streamingsdiensten (75%), afbetaling voor een grote aankoop, zoals een auto (63%) en de afbetaling van een creditcardrekening of lening (61%).

Guy Colpaert, Managing Director bij Intrum Benelux: "Financiële rust begint met een helder inzicht in je eigen inkomsten- en uitgavenpatroon. Maar wanneer geldgebrek je mentale welzijn beïnvloedt, is het belangrijk om in gesprek te gaan hierover met familie en vrienden of de organisaties waarbij je schulden hebt. Het kan namelijk de eerste stap zijn naar begrip en het vinden van haalbare oplossingen. Ook zorgt de inzet van moderne technologie in de schuldenindustrie, zoals AI, ervoor dat consumenten nog meer grip krijgen op hun financiën. Daarnaast moedigen we organisaties ook zeker aan om hierin te faciliteren. Ga in gesprek met consumenten die betaalachterstanden hebben, en stem realistische betalingsmogelijkheden af. Zo weet iedereen waar hij of zij aan toe is en realiseren we een gezonde financiële basis zowel voor organisaties als consumenten."

Redactie