

Herkennen van mogelijke signalen van financiële problemen & armoede

Hieronder noemen we een aantal signalen die kunnen wijzen op financiële problemen. Deze signalen zijn niet allemaal wetenschappelijk onderbouwd, maar zijn ook gebaseerd op de ervaringen van vrijwilligers.

Direct zichtbare signalen

- Brievenbus puilt uit
- Post ligt overal in huis
- Post is ongeopend
- Brieven van deurwaarder of incassobureau
- Huis / gezin oogt onverzorgd
- Geen saldo bij pinnen
- Lege koelkast / voorraadkast
- Kinderen zonder ontbijt naar school
- Niet nakomen van afspraken

Minder zichtbare signalen

- Doktersbezoek uitstellen
- Vaker ziek dan gemiddeld
- Langdurig werkloos
- Ingrijpende gebeurtenis; echtscheiding, overlijden van partner
- Hulp en contact vermijden
- Slaap- en concentratieproblemen
- Niet meer naar verjaardagen gaan
- Geld vragen aan/lenen van familie
- Mensen vinden het lastig om vooruit te kijken
- Kinderen niet mee op schoolreisje
- Deurwaarders aan de deur

Signalen in administratie / overzicht:

- Administratie is niet op orde
- Niet weten wat er maandelijks betaald moet worden
- Niet kunnen sparen
- Niet op vakantie / kinderfeestje / schoolreisje kunnen
- Gebrek aan digitale vaardigheden

Signalen in gedrag:

- Ruzie maken over geld
- Ongezonde leefstijl (vaak)
- Niet over geldzaken durven praten
- Slaapproblemen van geldzorgen
- Verslaving
- Vaak ziek zijn of zich ziek voelen
- Graag over willen werken



Herkennen van mogelijke signalen van verslaving of middelengebruik

Iedere verslaving heeft zijn eigen kenmerken. Wanneer iemand alcohol gebruikt is dit het duidelijkst te herkennen aan de alcohollucht, terwijl bij een gameverslaving uren achter elkaar op de (spel)computer spelen een belangrijke aanwijzing is. Een verslaving wordt altijd gekenmerkt door het **niet kunnen stoppen** en de **problemen** die het met zich meebrengt. Hieronder noemen we een aantal signalen die kunnen wijzen op verslaving.

- Liegen om verslavingsgedrag te verbergen
- Verslechterde prestaties op werk of school
- Ontkennen of boos worden als iemand iets zegt van het gedrag
- Problemen met concentratie
- Somber zijn
- Huishouden en sociale contacten verwaarlozen
- Onrustig gedrag
- Verminderde eetlust
- Plotselinge verandering van vriendengroep
- Doktersbezoek uitstellen
- Vaker ziek dan gemiddeld
- Hulp en contact vermijden
- Woede uitbarstingen
- Vaker ongelukken
- (maandagochtend)Verzuim / vaak te laat komen

Gebruik herken je niet altijd aan de ogen of andere delen van het lichaam. Niet alle drugs heeft dezelfde uitwerking op het lichaam, daarnaast kunnen bij langdurig gebruik bepaalde symptomen afnemen.



Signalen afwegen

Het is verstandig om, alvorens het gesprek aan te gaan, alle signalen voor jezelf op een rijtje te zetten en de ernst van de situatie te beoordelen. Bedenk vooraf welke stappen je kunt en wilt ondernemen en over welke signalen je je het meest zorgen maakt. Deze informatie komt goed van pas wanneer je het gesprek met iemand aangaat.

Steun bieden

Een van de redenen dat mensen met problemen in actie komen, is **aanmoediging van buitenaf**. Het is dus enorm belangrijk dat wij mensen aanmoedigen om hulp te zoeken. Probeer te allen tijde de zelfredzaamheid van de betrokkene aan te spreken. Hoe meer mensen 'zelf' iets doen hoe beter dit voor hen is. Probeer dus **samen** te zoeken naar een oplossing!

Bespreken

Het is enorm belangrijk dat je scherp weet te **luisteren** wanneer je het gesprek aangaat. Luister aandachtig naar de antwoorden van de betrokkene. Geef hem de ruimte om zijn eigen antwoorden te formuleren en te bepalen of hij hierover door wil praten, of niet.

Laat het doel van het gesprek zijn dat je een betere inschatting kunt maken van de ernst van de situatie en probeer te polsen hoe de betrokkene er zelf in staat (ervaart hij zelf een probleem, staat hij open voor hulp, wat is zijn motivatie voor hulp, etc.)

Do's:

- Zoek een goed, rustig moment
- Houdt een open houding
- Spreek in de 'ik-vorm'
(Ik zie dat je ..., en ik maak me zorgen om je)
- Luister goed en probeer antwoord te vinden op de vraag wat de betrokkene zou kunnen motiveren om hulp te zoeken
- Biedt aan om samen op zoek te gaan naar oplossingen
- Probeer de betrokkene aan te spreken op de directe signalen die je hebt ontvangen
(Goh, ik zie dat je er de laatste tijd wat slechter uitziet, daar zou ik het graag eens met je over willen hebben)

Dont's:

- Blijf uit de discussie
(“Je hebt een probleem!” “Nietes”)
- Keur het probleem of gedrag niet af
(mensen met problemen zijn enorm gevoelig voor afwijzing)
- Confronteer de betrokkene niet direct met zijn probleem
- Bestempel de betrokkene niet als uitkeringtrekker of junk
- Doe je of je kennis van zaken hebt wanneer je dit niet hebt
(mensen prikken hier feilloos doorheen)
-

Ga er niet meteen van uit dat de betrokkene direct hulp zoekt na het gesprek. Geef hem **tijd** om na te denken en kom er later nog eens op terug. Al lijkt het gesprek in eerste instantie nergens op te zijn uitgelopen, vaak blijkt achteraf dat je toch iets in beweging hebt gebracht wat leidt tot **bewustwording**.

Bronnen:

- Madern, T. & Weijers, M. (2016). *Aan de slag met schuldpreventie. Richt interventie op het gedrag van de doelgroep*. Het NIBUD.
- Jungman, N. & Van Iperen, F. (2011). *Over het belang van schuldpreventie en de mogelijkheden om daar lokaal invulling aan te geven*. De NVVK en Het NIBUD
- Wallis, C. & Smit, M. (2018). *Factsheet armoede en schulden in Nederland*. Via <https://www.divosa.nl/publicaties/armoede-en-schulden-nederland>