# De route naar gezond financieel gedrag

Wilco van Dijk

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Universiteit Leiden

Waarom doen mensen wat ze doen – of juist niet?

Hoe zit het met financiële stress?

# Waarom doen mensen wat ze doen – of juist niet?

80,00€
12,00€
2,40€
0,40€
0,40€

# Persoon?

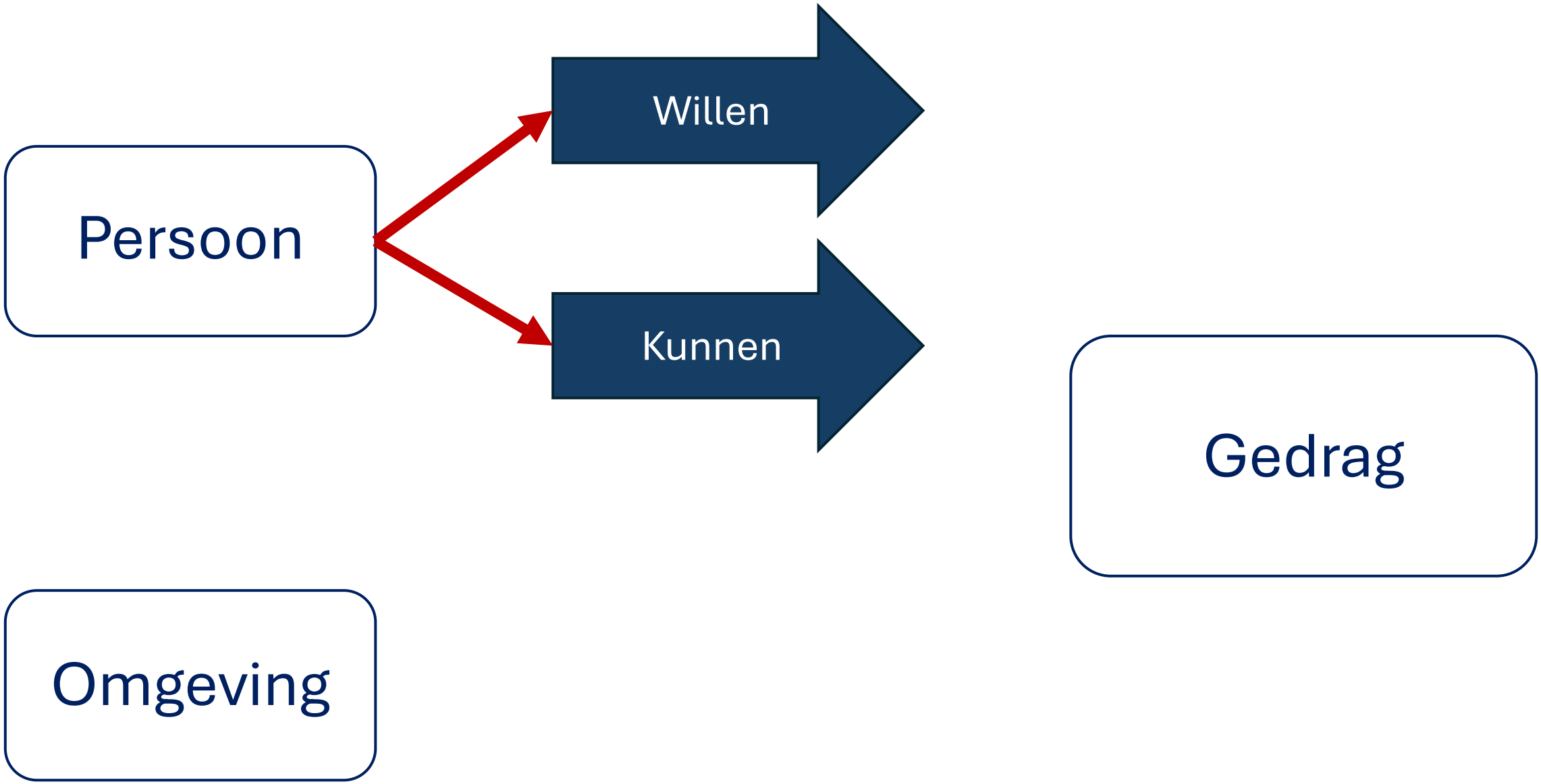
# Omgeving?

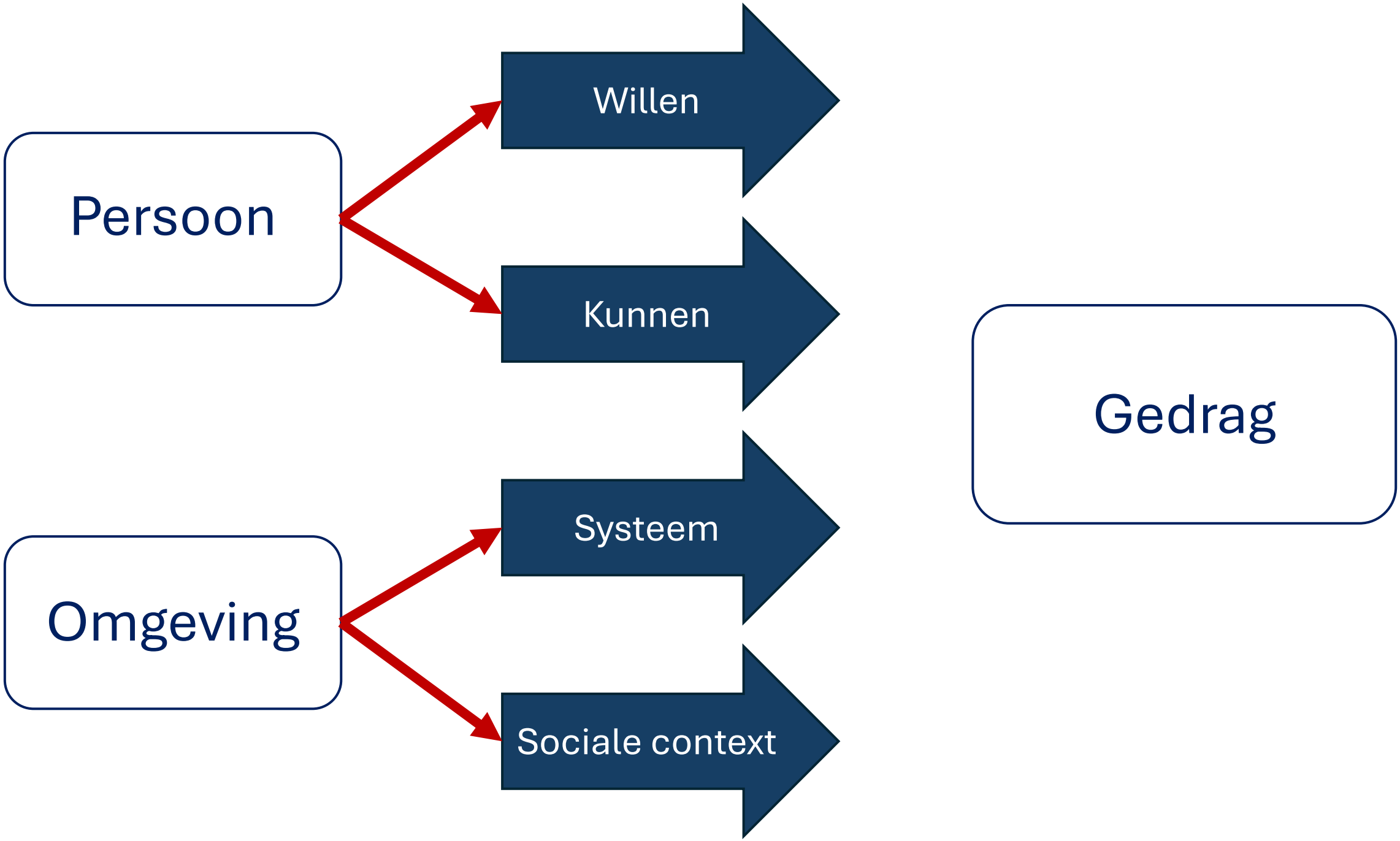
Persoon

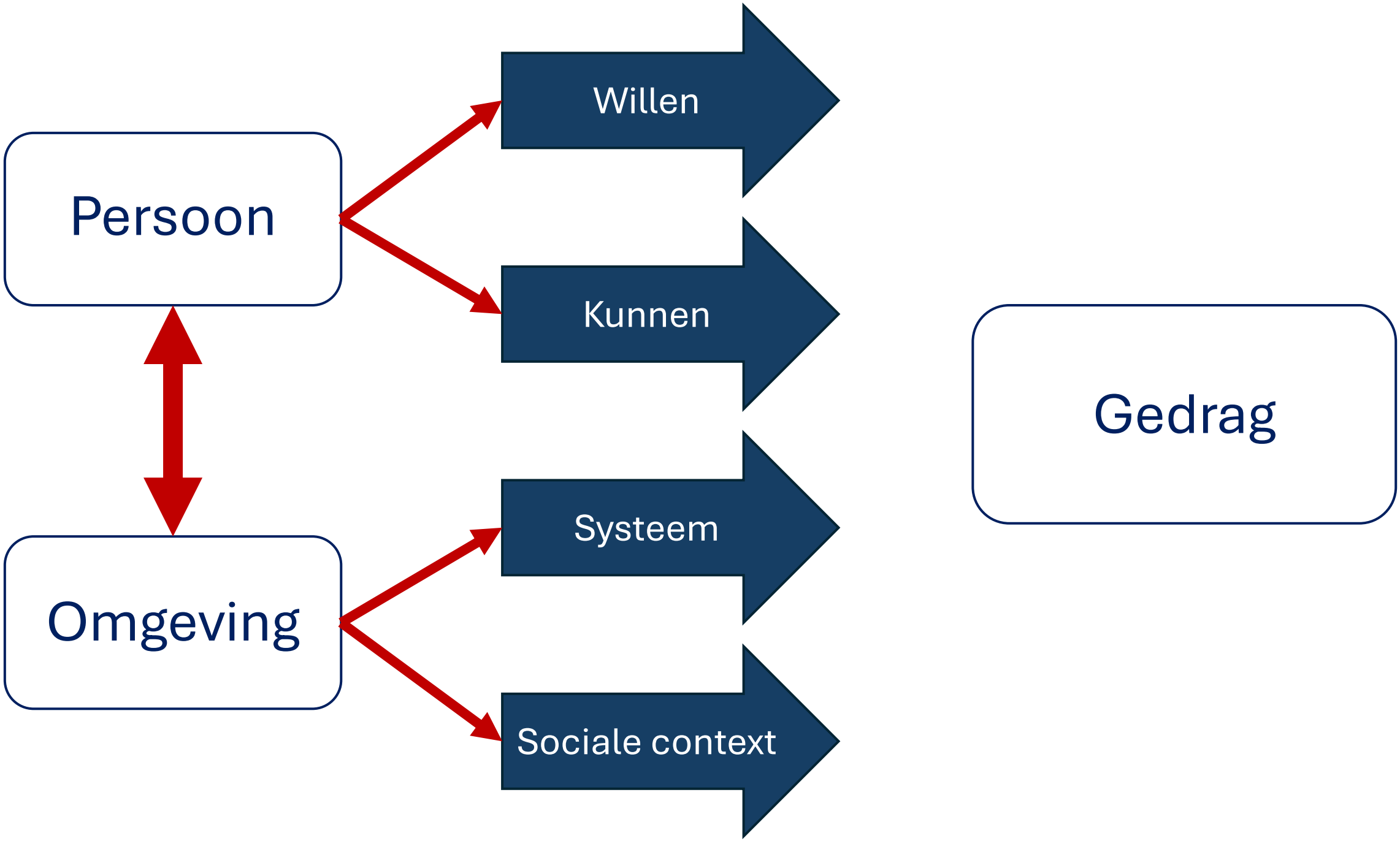
Omgeving

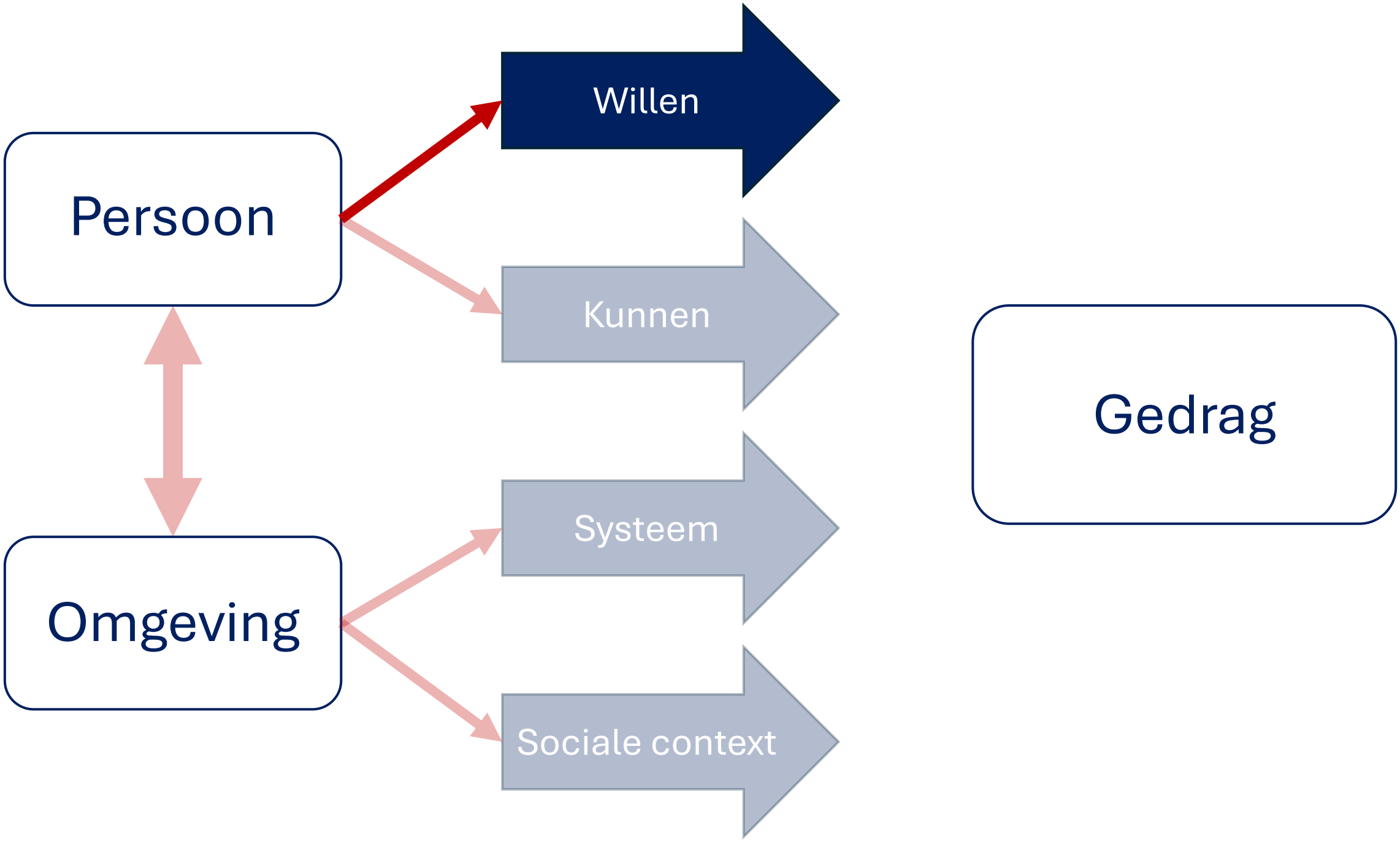
Gedrag

Kurt Lewin (1936). *Principles of topological psychology*. McGraw-Hill.


Persoon
Willen
Kunnen
Gedrag
Omgeving


Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag


Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag


Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag

Positief zelfbeeld

Erbij horen

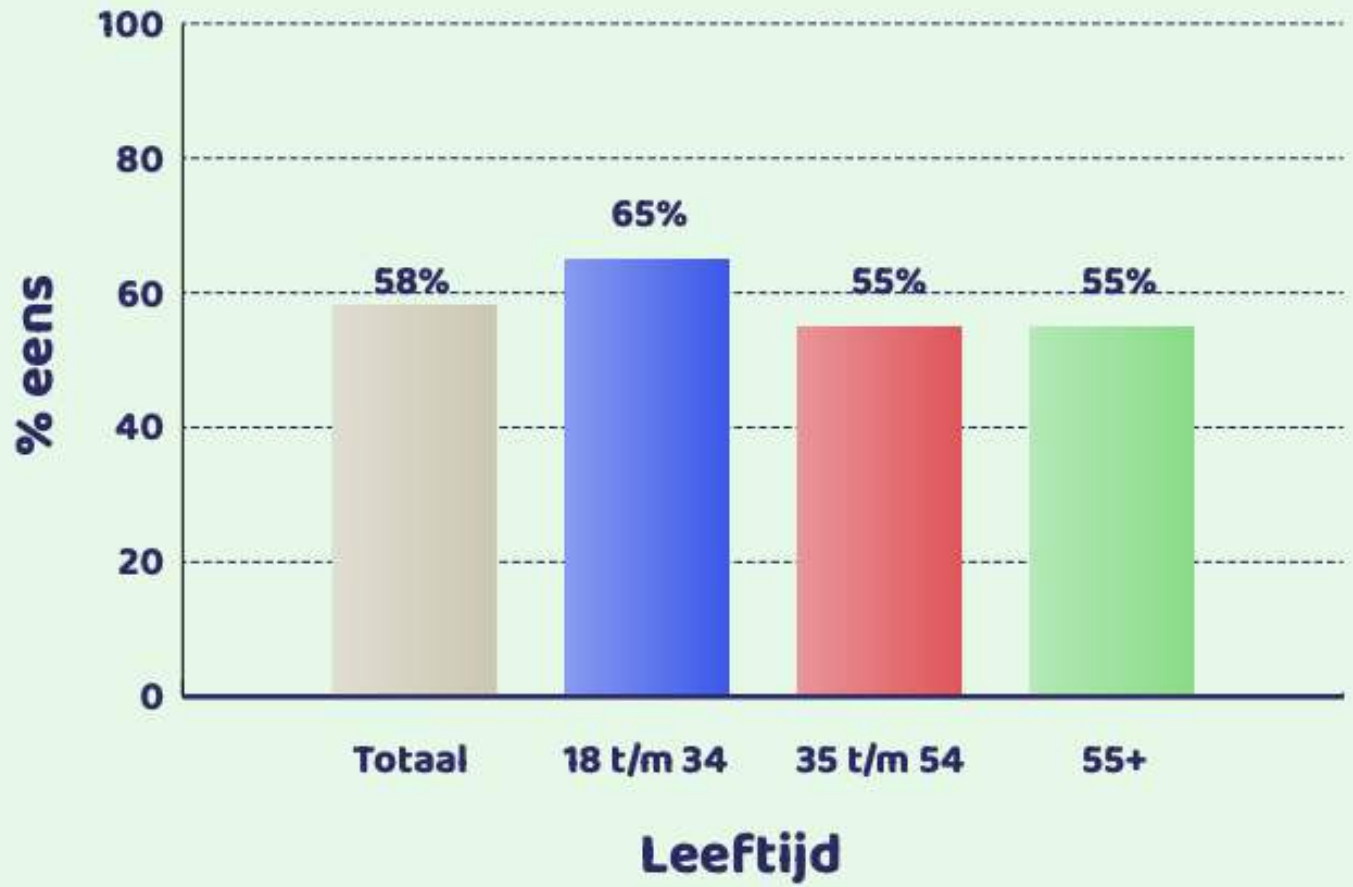
Autonomie

Attitudes

# Onderzoek

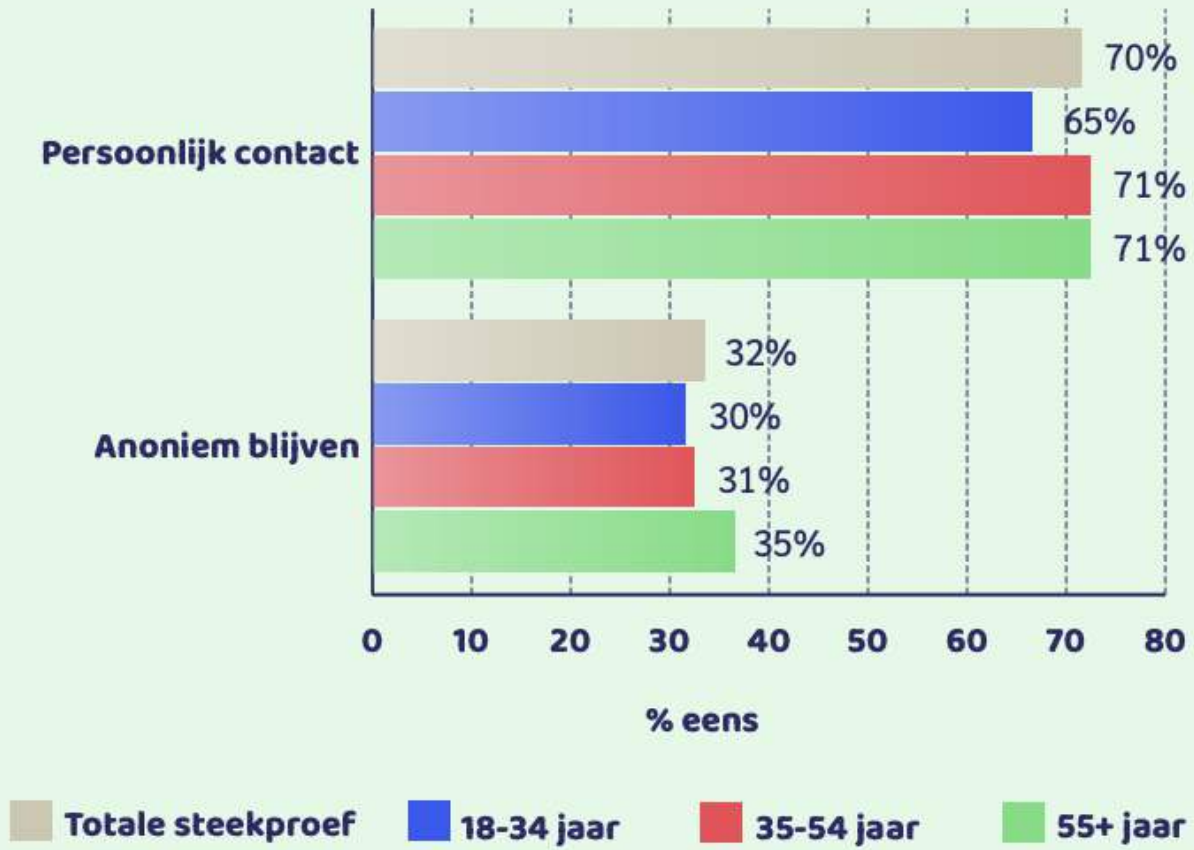
Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

**Figuur 3:** Als ik geldzorgen heb dan zoek ik hulp



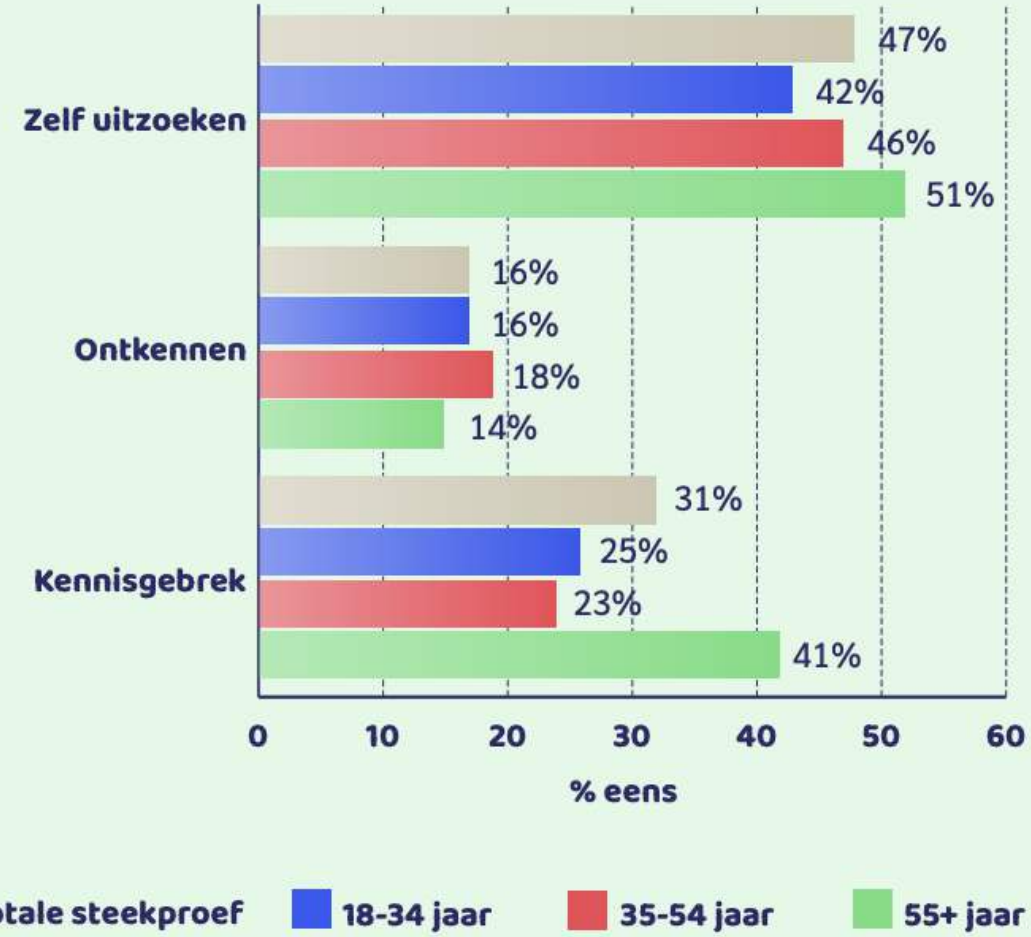
*N* = 1.786; 44 man, 56% vrouw

**Figuur 6:** Bij hulp van een professional/ vrijwilligersorganisatie zou ik graag...

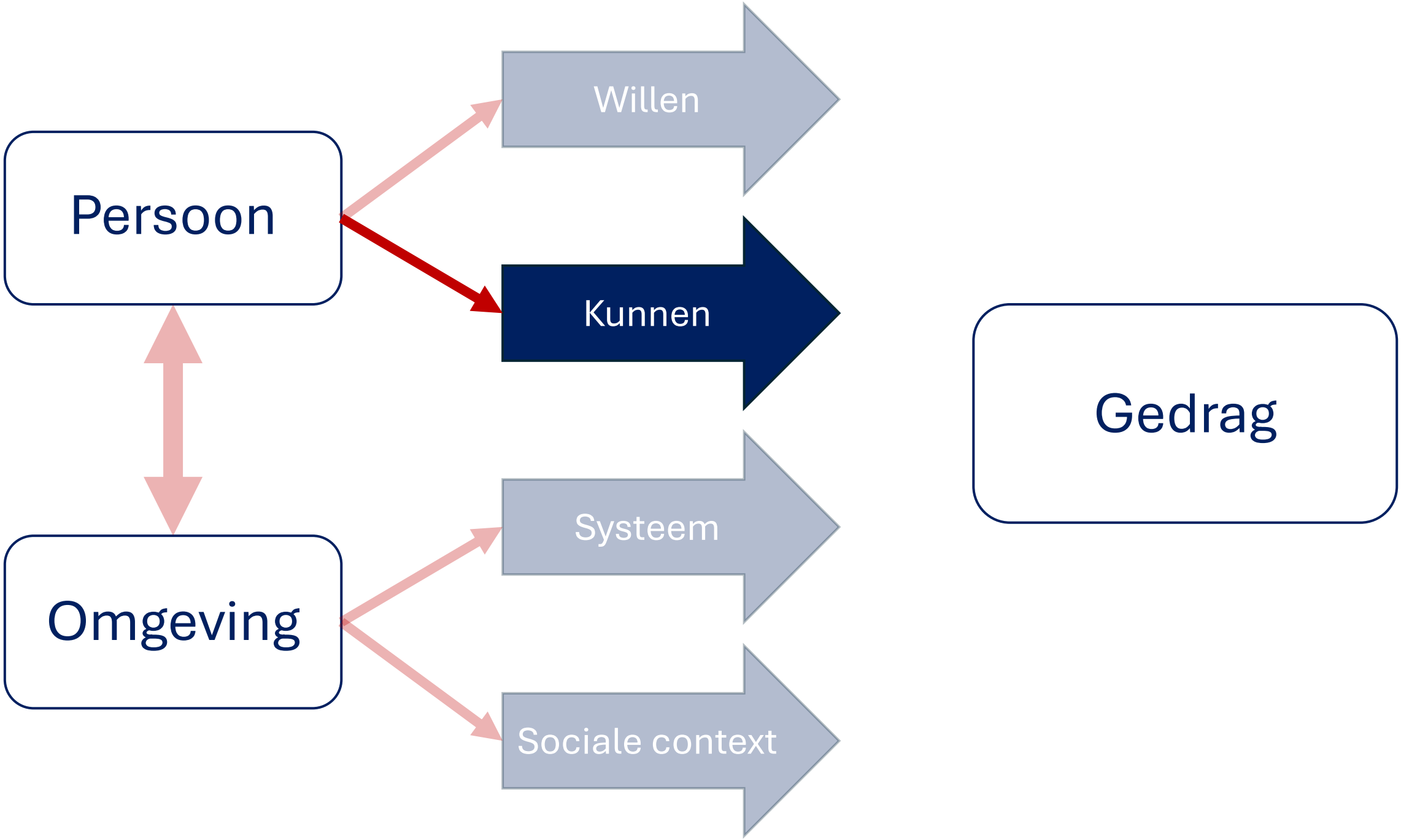


*N* = 1.786; 44 man, 56% vrouw

**Figuur 7:** Andere barrières voor hulp zoeken



*N* = 1.786; 44 man, 56% vrouw

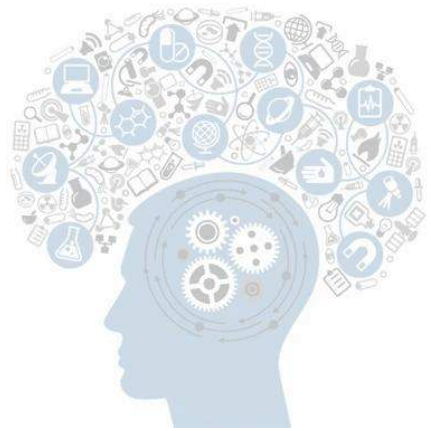

Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag

Kennis

Vaardig-heden

Geloof in eigen kunnen

Executieve functies



Kennis

Vaardig-heden

Geloof in eigen kunnen

Executieve functies

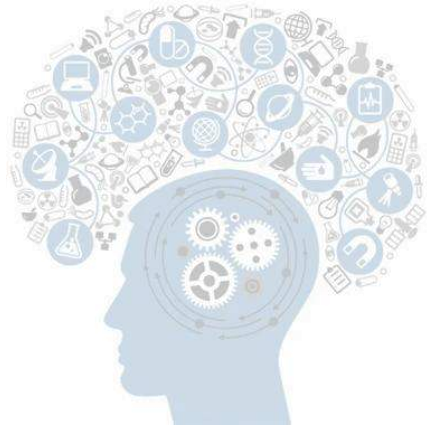
# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Olaf Simonse (2023). Financial stress by design: examining barriers to social welfare take-up. *Doctoral thesis*. Leiden University.

Online survey 905 respondenten
715 recht op zorgtoeslag, niet-gebruik 31%
238 recht op kindgebonden budget, niet-gebruik 41%

Wel- versus niet-gebruik:
Waargenomen recht op toeslag



Kennis

Vaardig-heden

Geloof in eigen kunnen

Executieve functies

# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Ester Iking (2026). Looking Ahead or Looking Away. Understanding Pension Checking: Psychological Barriers and Behavioral Intervention. *Doctoral thesis*. Leiden University.

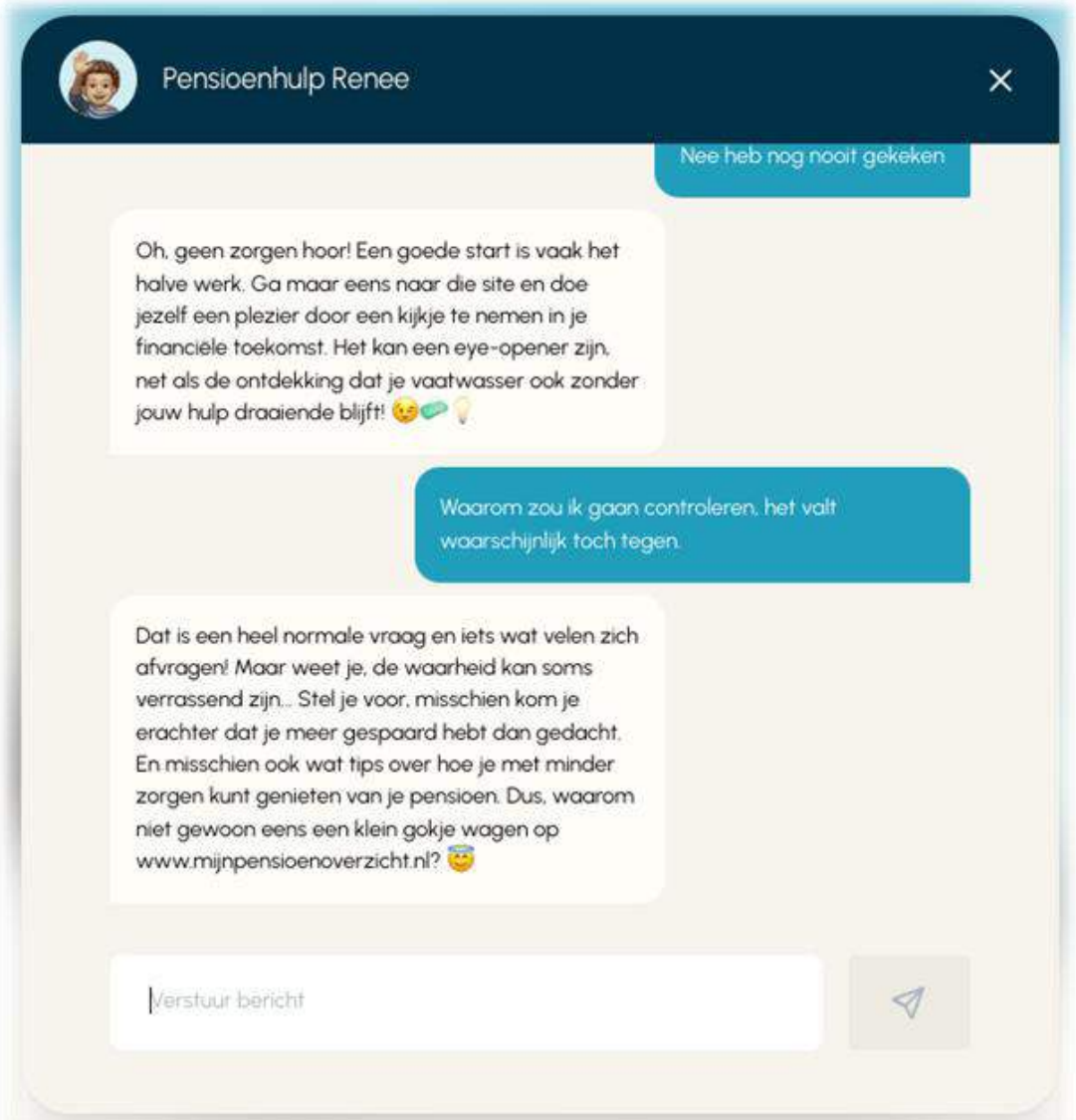
Pensioenhulp Renee

Start een gesprek met Renee

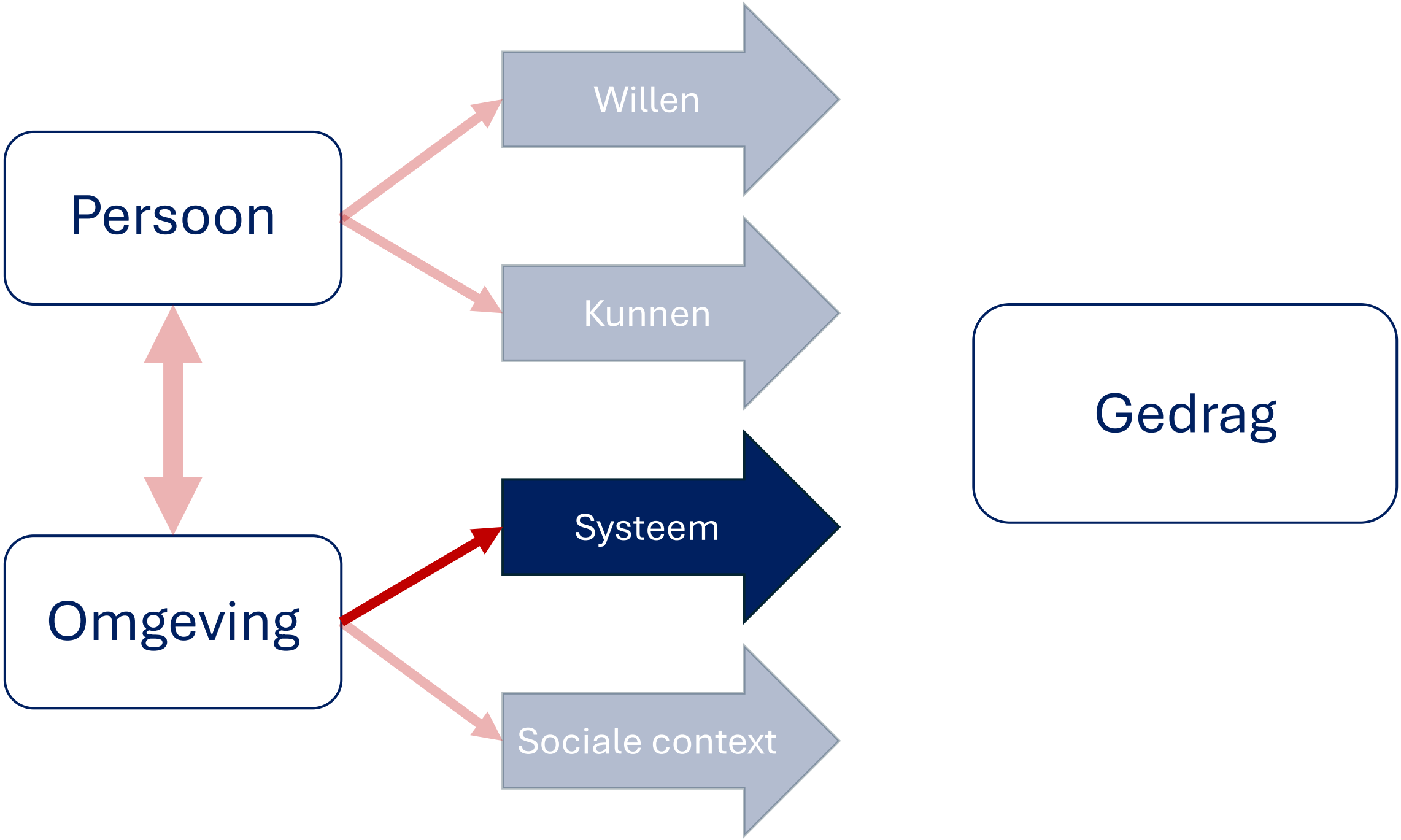
# Hallo, ik ben Renee, jouw persoonlijke pensioenhulp.

Ik ben hier om je te ondersteunen bij al je pensioenvragen. Met mijn kunstmatige intelligentie kan ik goed luisteren en je op een eenvoudige manier begeleiden.

Zeg 'hallo' tegen Renee


Pensioenhulp Renee
Nee heb nog nooit gekeken
Oh, geen zorgen hoor! Een goede start is vaak het halve werk. Ga maar eens naar die site en doe jezelf een plezier door een kijkje te nemen in je financiële toekomst. Het kan een eye-opener zijn, net als de ontdekking dat je vaatwasser ook zonder jouw hulp draaiende blijft!
Waarom zou ik gaan controleren, het valt waarschijnlijk toch tegen.
Dat is een heel normale vraag en iets wat velen zich afvragen! Maar weet je, de waarheid kan soms verrassend zijn... Stel je voor, misschien kom je erachter dat je meer gespaard hebt dan gedacht. En misschien ook wat tips over hoe je met minder zorgen kunt genieten van je pensioen. Dus, waarom niet gewoon eens een klein gokje wagen op www.mijnpensioenoverzicht.nl?
Verstuur bericht

| | Gemiddelde score | |
|---|---|---|
| | Pre-test | Post-test |
| Intentie | 2.64 | 3.73* |
| Attitude | 3.62 | 4.01* |
| Waargenomen gedragscontrole | 3.95 | 4.77* |
| Waargenomen complexiteit | 4.75 | 4.27* |
| Op link klikken | --- | 44/197 (22%) |


Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag

# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Olaf Simonse (2023). Financial stress by design: examining barriers to social welfare take-up. *Doctoral thesis*. Leiden University.

## 31 mensen in een financieel kwetsbare positie

- Angst voor terugvorderingen
- Wantrouwen van de overheid
- Schaamte en ervaren stigma (alleen voor lokale sociale voorzieningen)

# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

# LABEXPERIMENT VOORZICHTIG VOORSCHIETEN

## Een casus met huurtoeslag

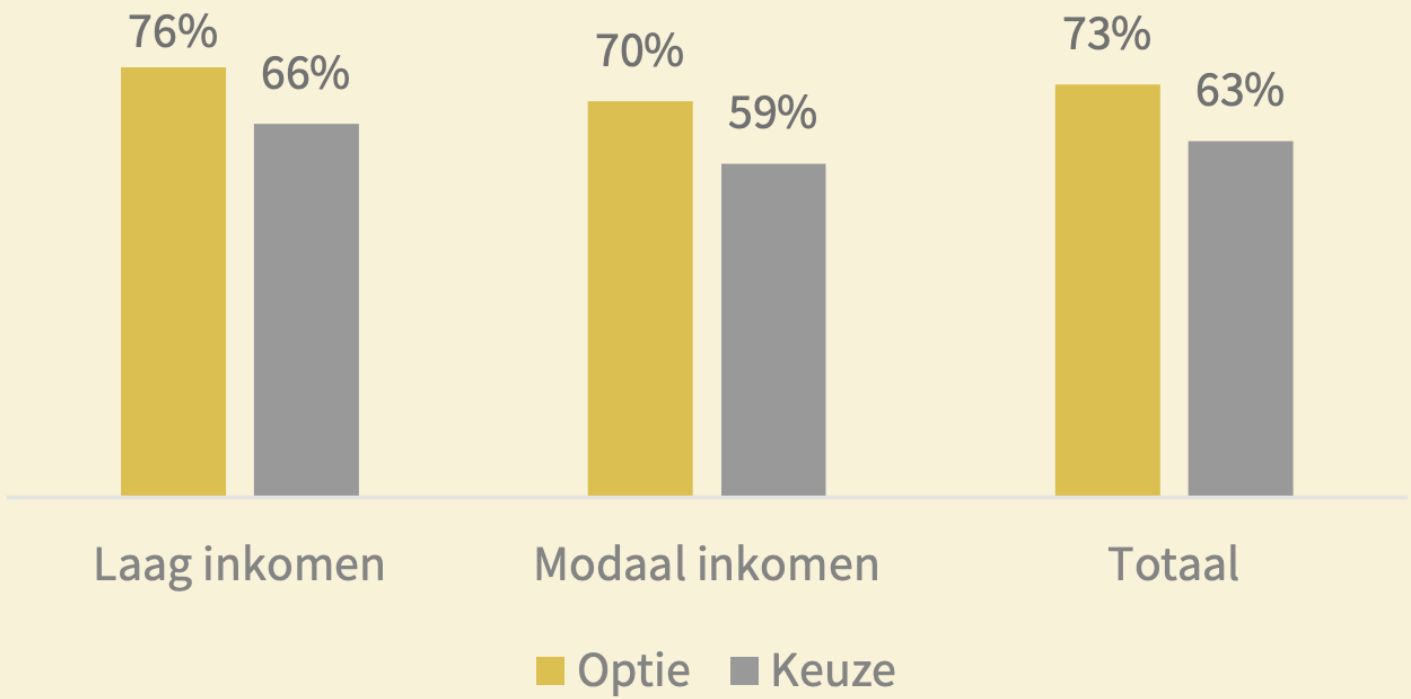
25 april 2025

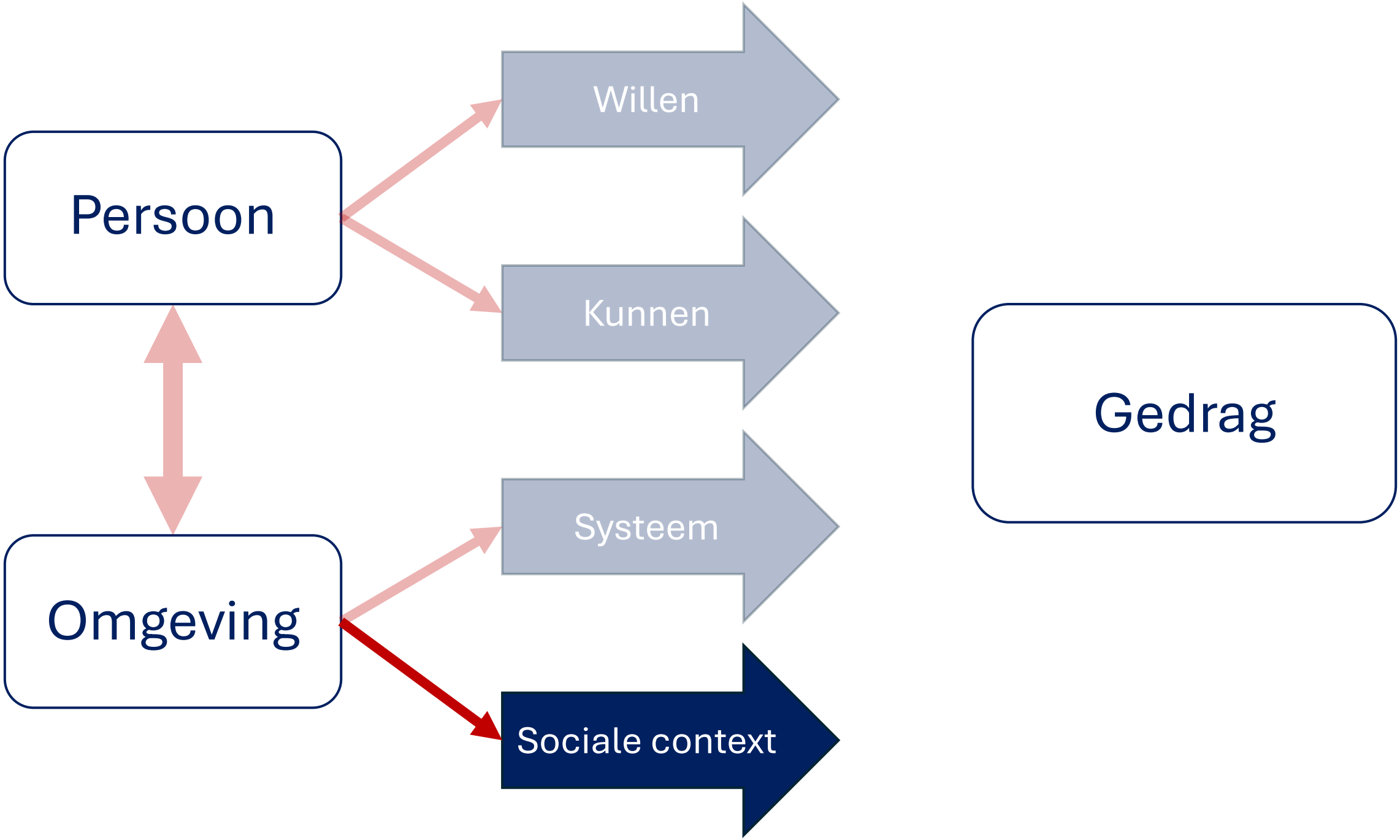
Kenniscentrum Psychologie en Economisch Gedrag

Dienst Toeslagen
Ministerie van Financiën

behavior change group

Een ruime meerderheid van de respondenten die de keuze voor het voorschot krijgt voorgelegd in het eerste jaar (groepen 2 en 4), kiest voor een instelbaar voorschot. Deelnemers ervaren de mogelijkheid om een instelbaar voorschot te kiezen als positief (5,46 op een 7-puntschaal). Er is geen effect gevonden van de keuzemogelijkheid op begrip van de voorschotsystematiek.




Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag

# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

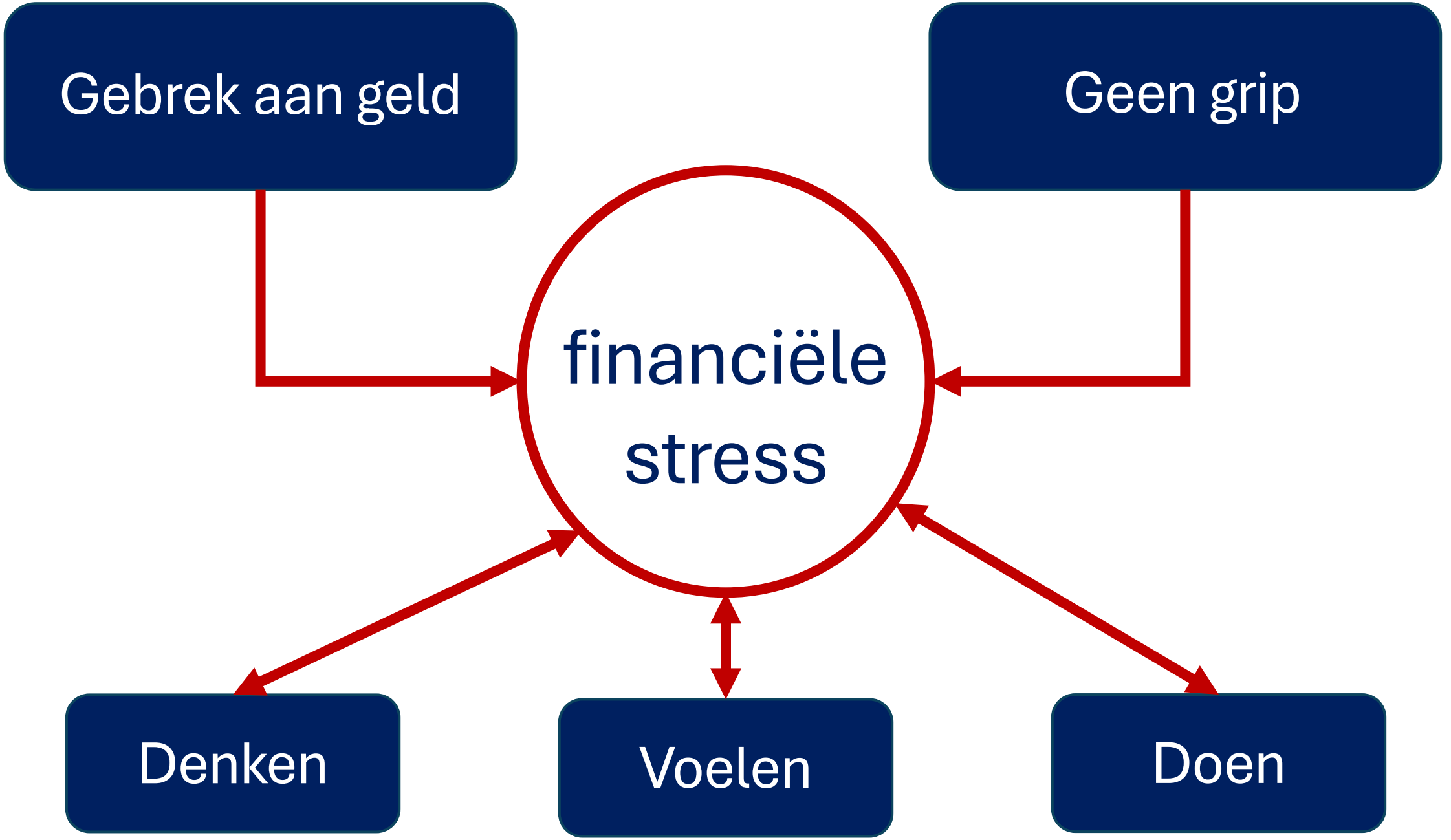
**Mensen die zich meer schamen** vanwege hun financiële situatie zeggen minder snel hulp te zoeken (dat geldt voor alle leeftijdsgroepen).

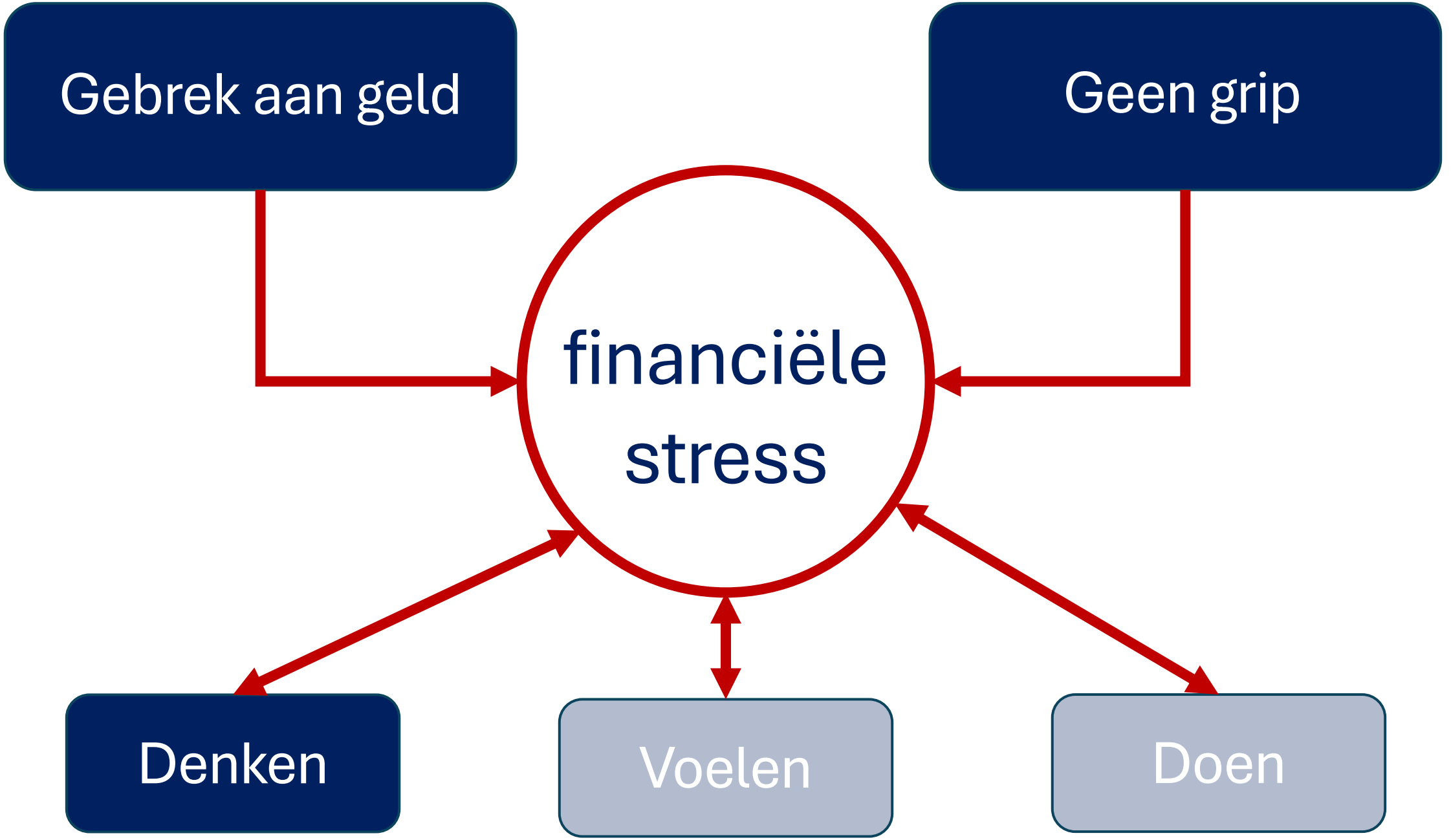
**Mensen die meer stigma ervaren** vanwege hun financiële situatie zeggen minder snel hulp te zoeken (met uitzondering van 55+'ers).

*N* = 1.786; 44 man, 56% vrouw

# Hoe zit het met financiële stress?

# Wat is financiële stress?


Gebrek aan geld
Geen grip
financiële stress
Denken
Voelen
Doen


Gebrek aan geld
Geen grip
financiële stress
Denken
Voelen
Doen

# Executieve functies

**Aandacht**
Het vermogen om voor langere tijd op hetzelfde onderwerp gefocust te blijven, niet snel afgeleid.

**Planning en initiatief**
Het vermogen om snel beslissingen te nemen, goed georganiseerd, vol ideeën.

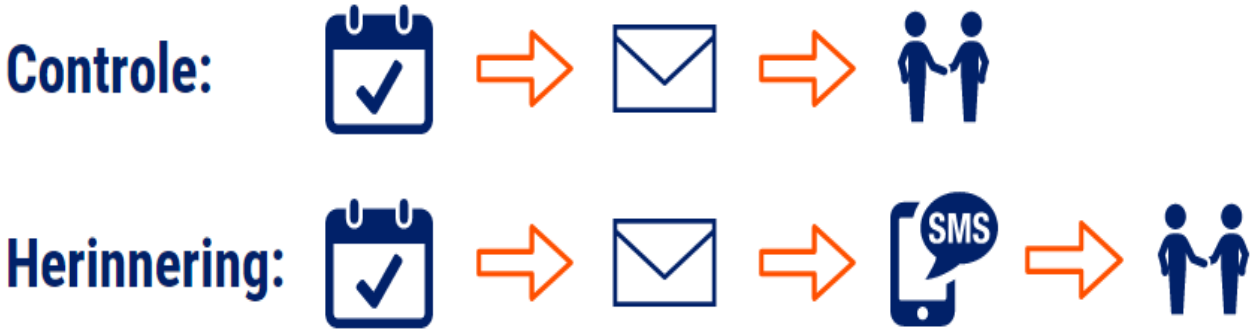
**Zelfcontrole en zelfmonitoring**
Het vermogen om impulsen te beheersen en het eigen gedrag te monitoren.

# Onderzoek

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Minou van der Werf (2020). Improving sound financial decision-making. *Doctoral thesis.* Leiden University.

Beste meneer Puk,
Aanstaande dinsdag heeft u een afspraak bij de GKB. We zien u graag om 14:15 op Harm Buiterplein 1.
Tot dan!


Controle:
Herinnering:
SMS

**Controle:**

**Herinnering:**

SMS

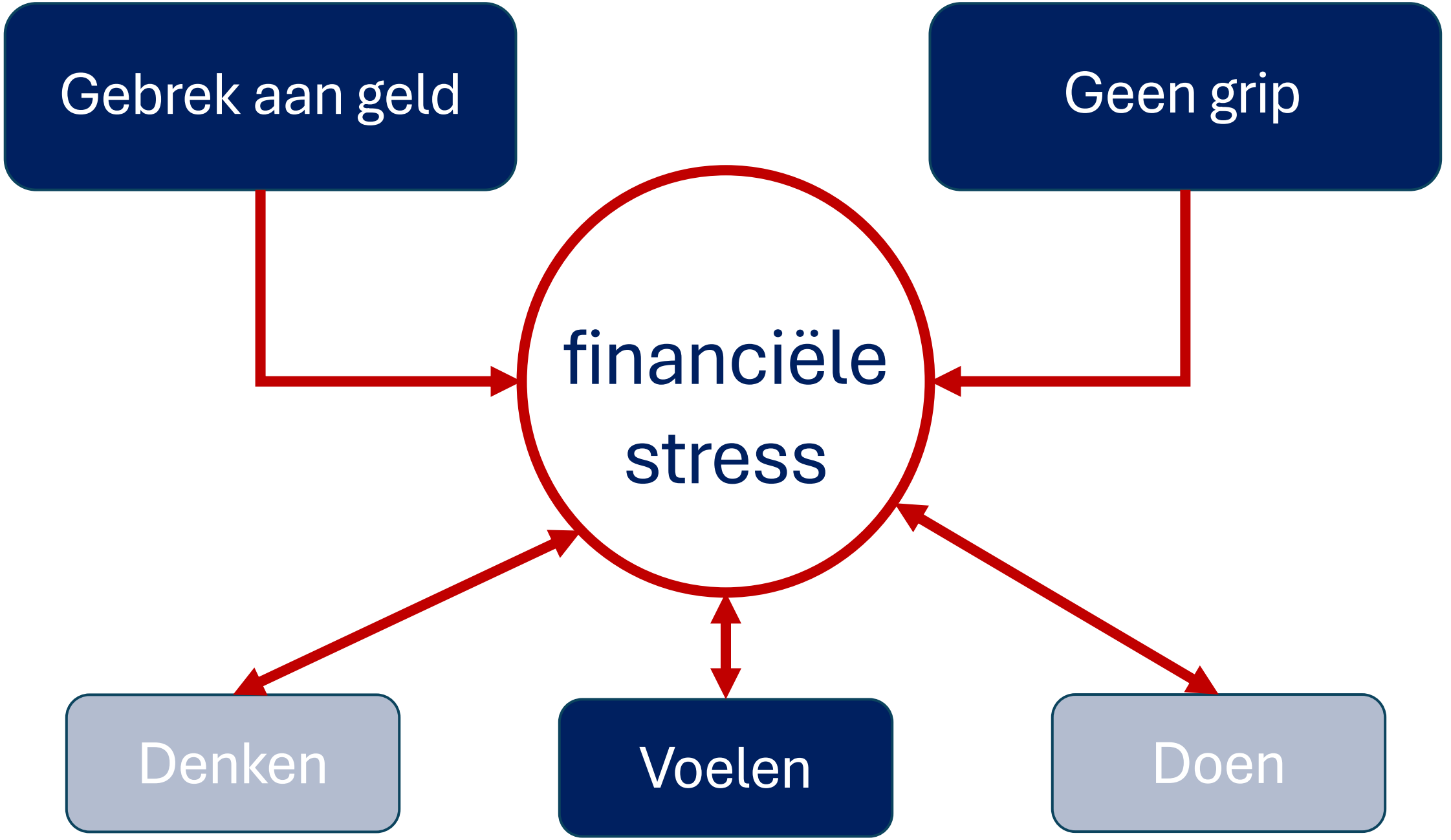
12%

SMS

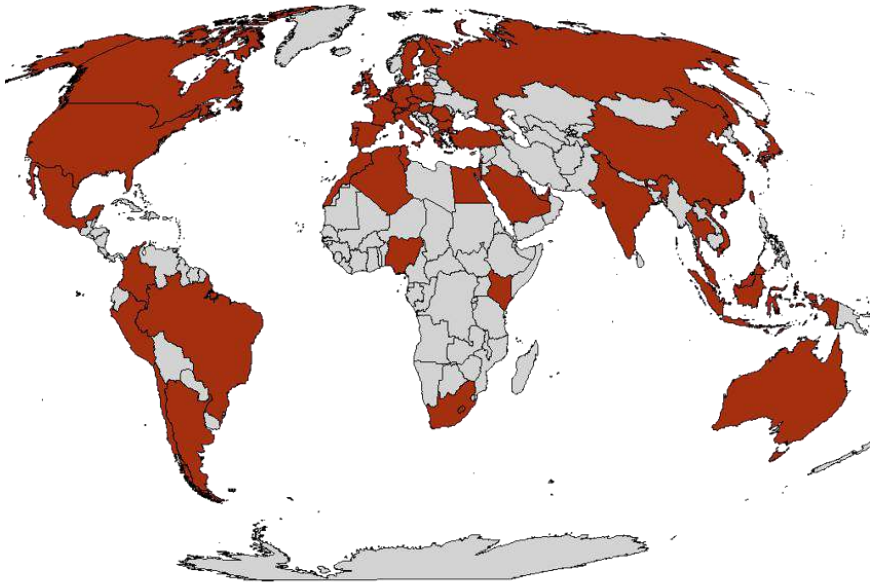
6%

No shows: 50%

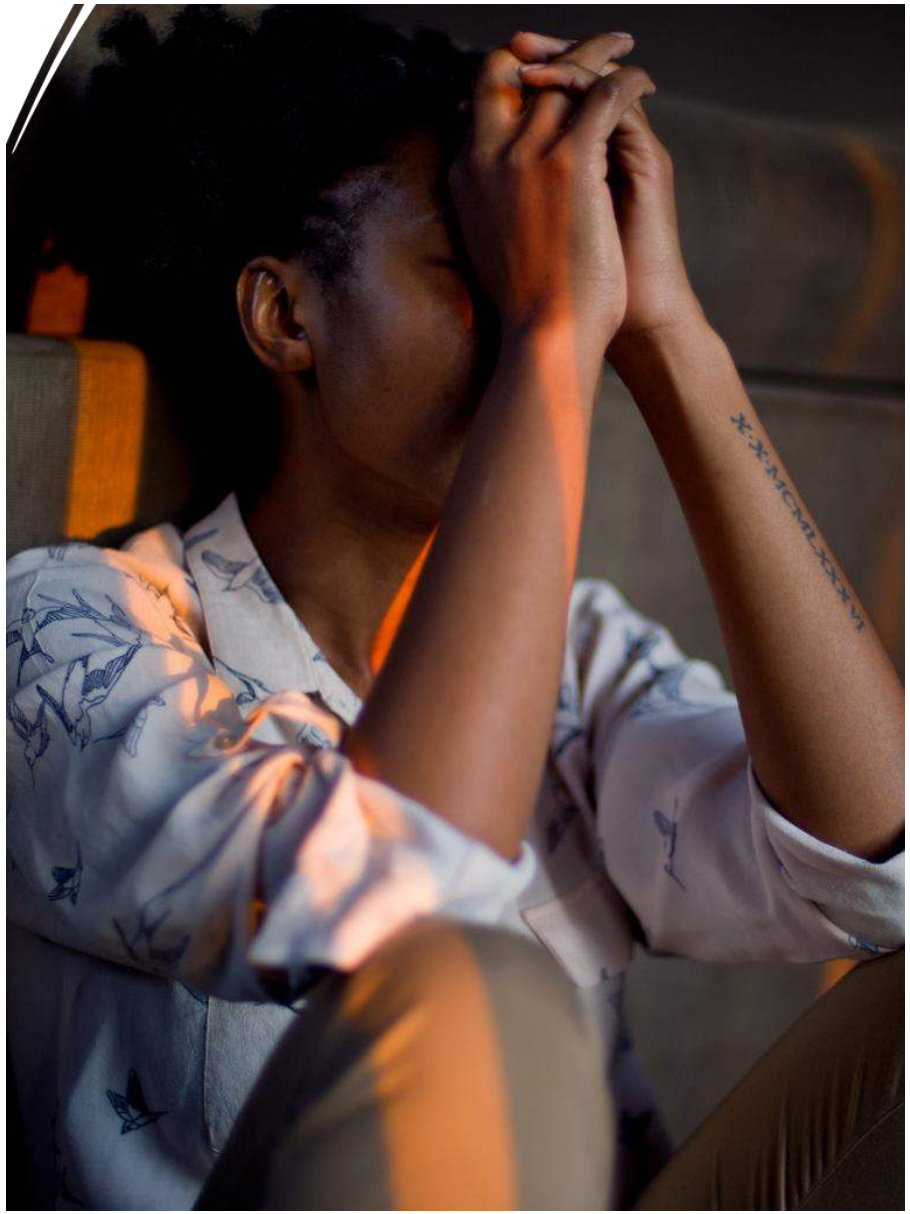
Bespaard werk: 4,5 uur per week

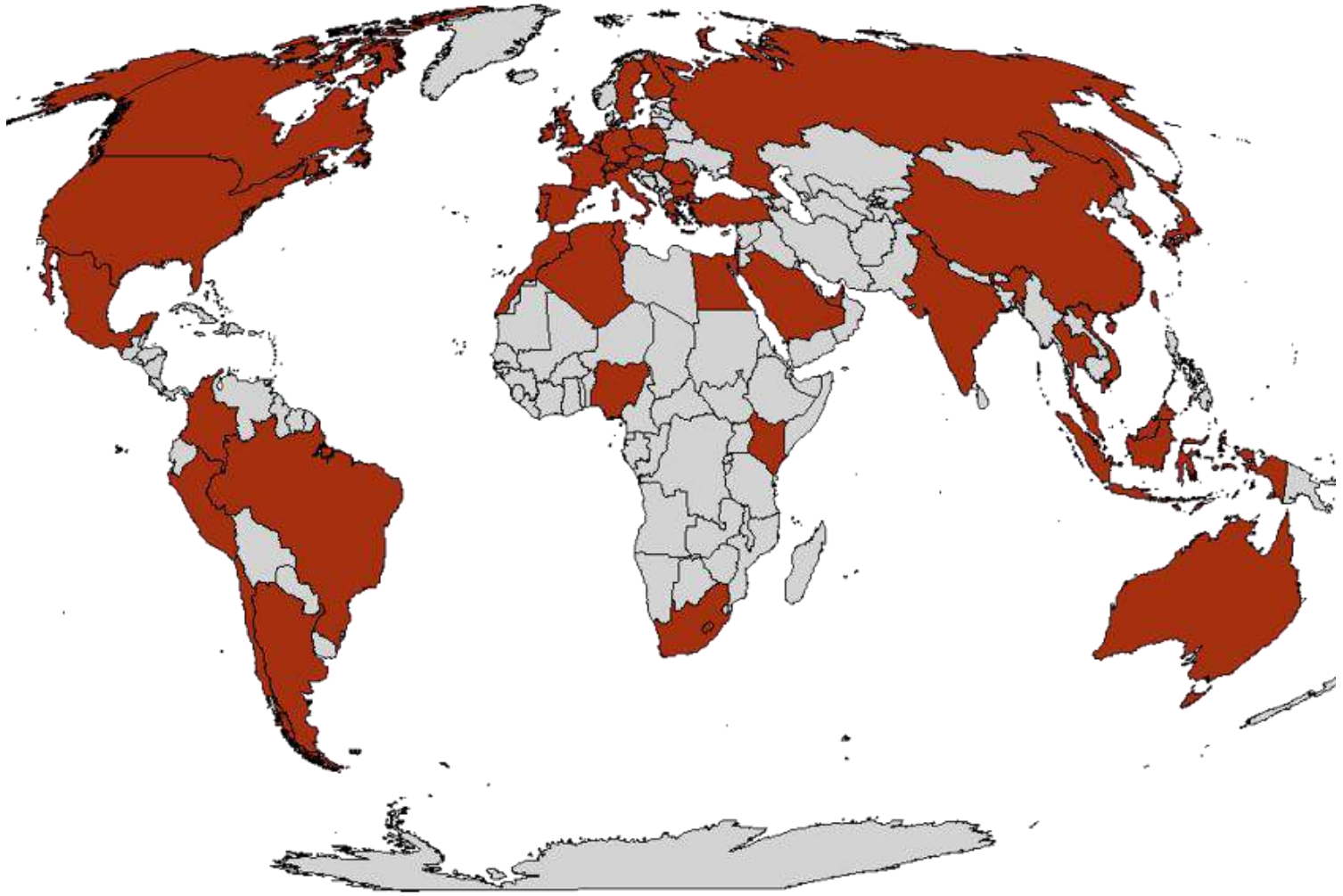

Gebrek aan geld
Geen grip
financiële stress
Denken
Voelen
Doen

# Onderzoek



Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag



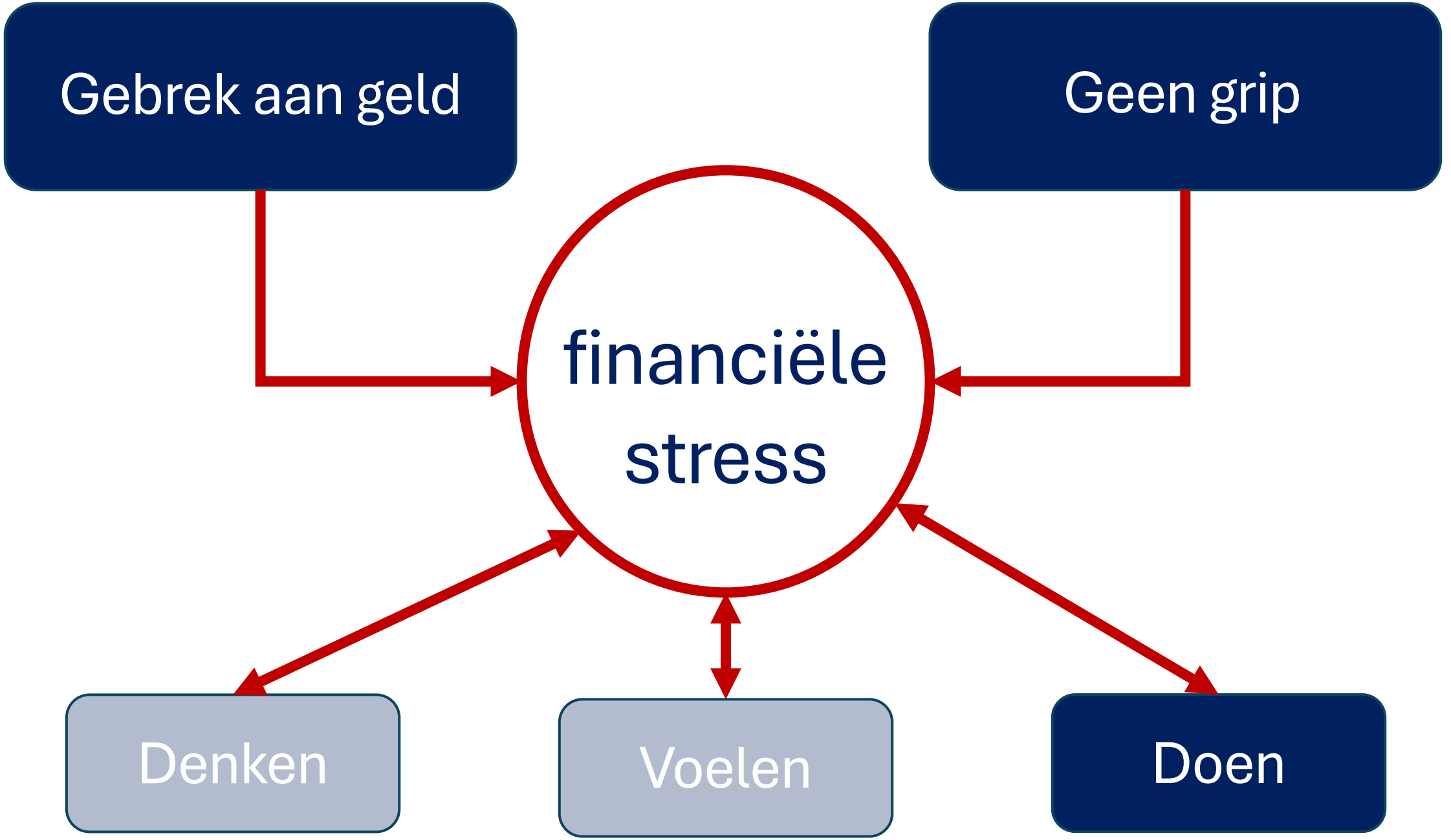


Financiële stress in 51 landen

# Financiële stress in 51 landen

| | | |
|---|---|---|
| Angst/Depressie | +0.50 | 51/51 |
| Zinloos bestaan | +0.46 | 51/51 |
| Maatschappelijke uitsluiting | +0.50 | 51/51 |
| Geen grip op je leven | +0.24 | 37/51 |

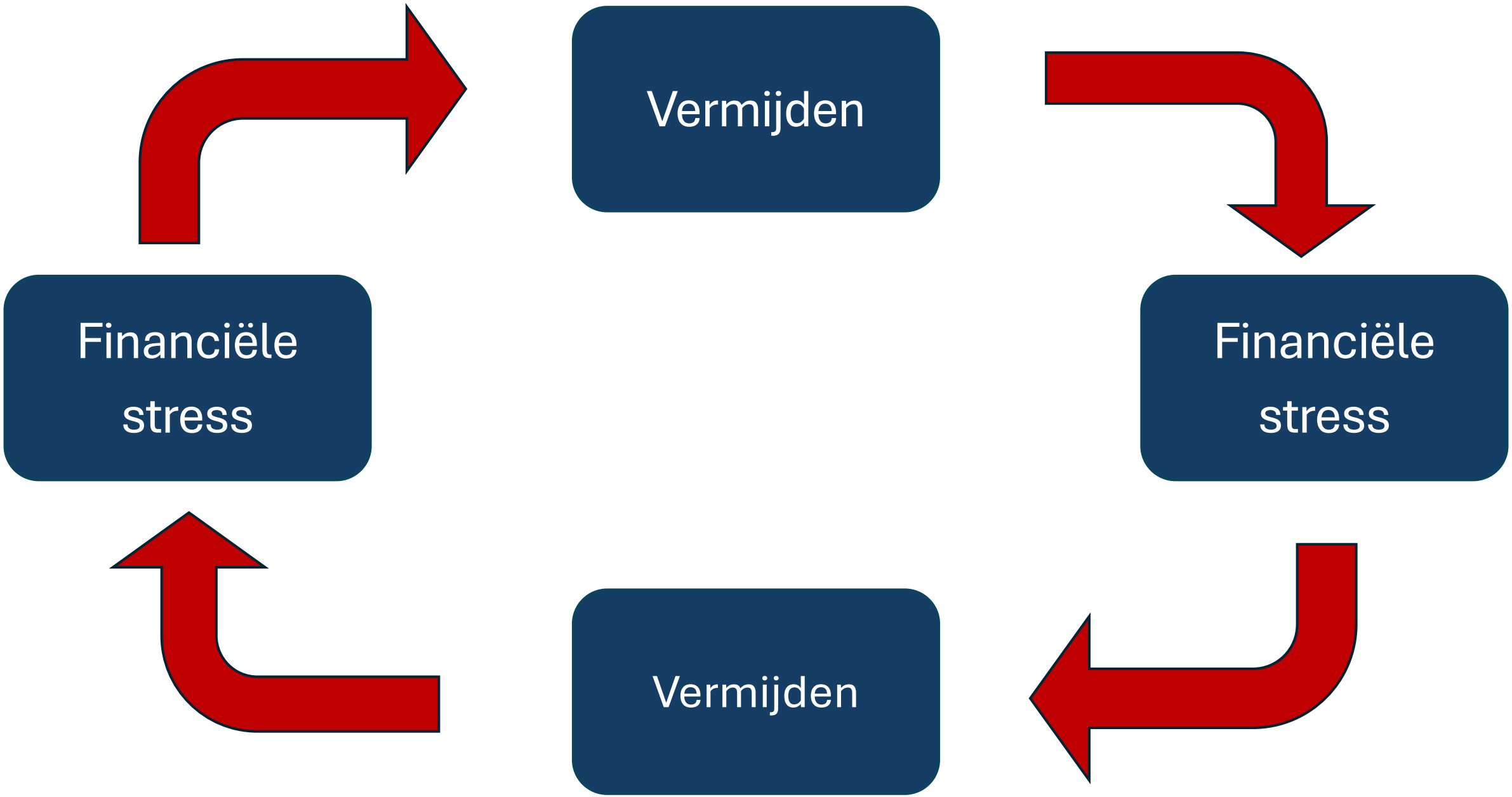
Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

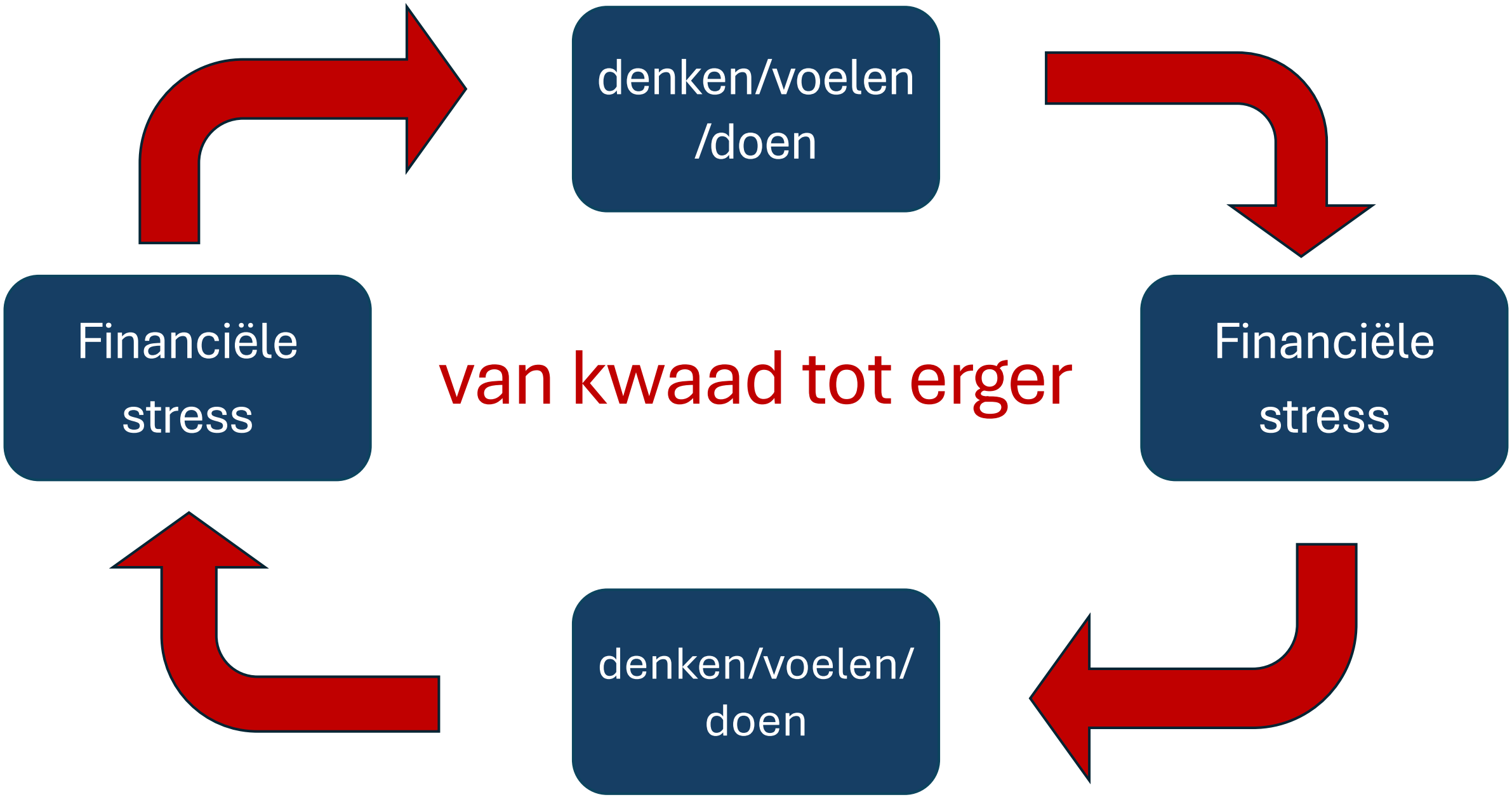

Gebrek aan geld
Geen grip
financiële stress
Denken
Voelen
Doen

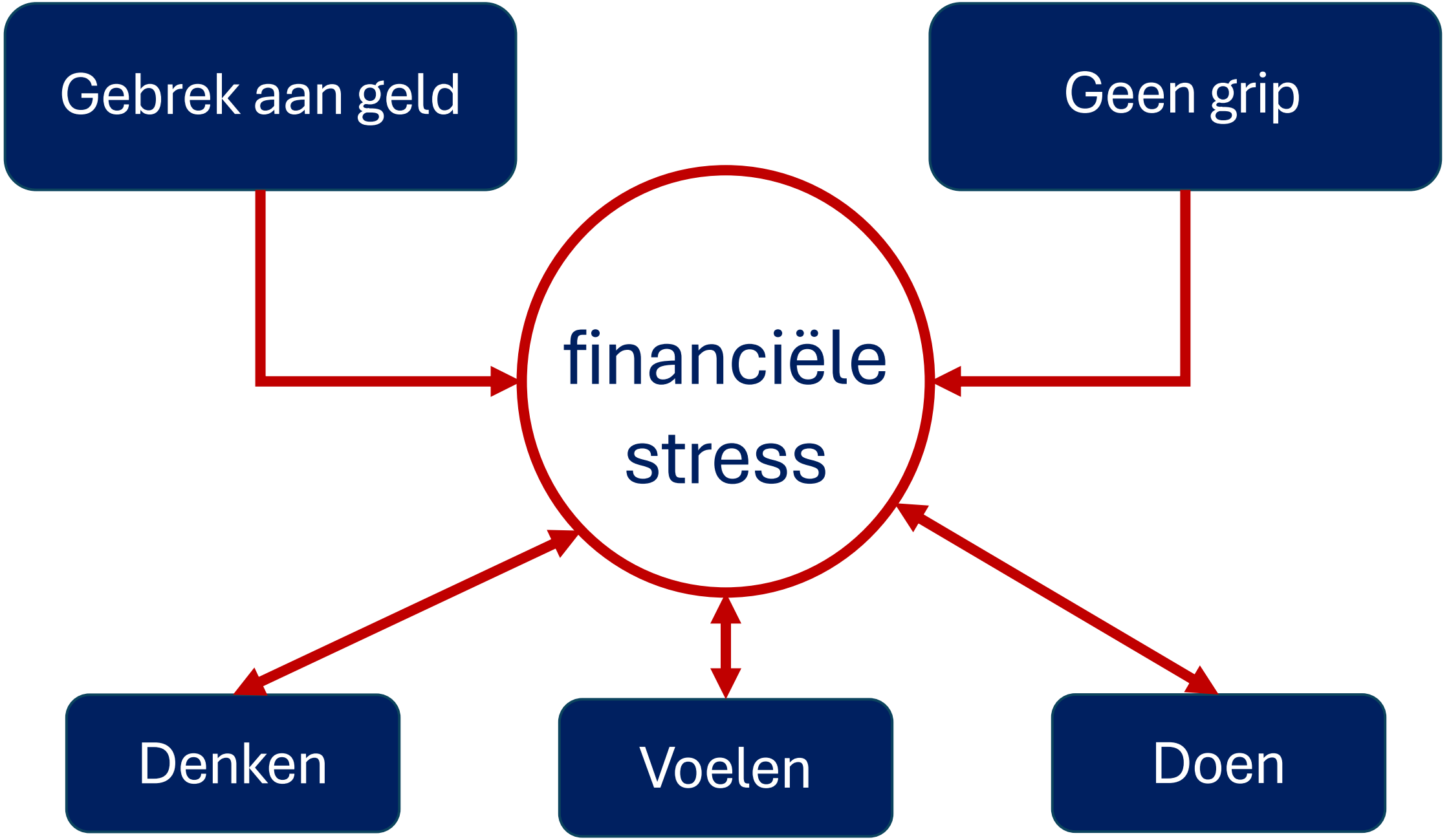
# Onderzoek

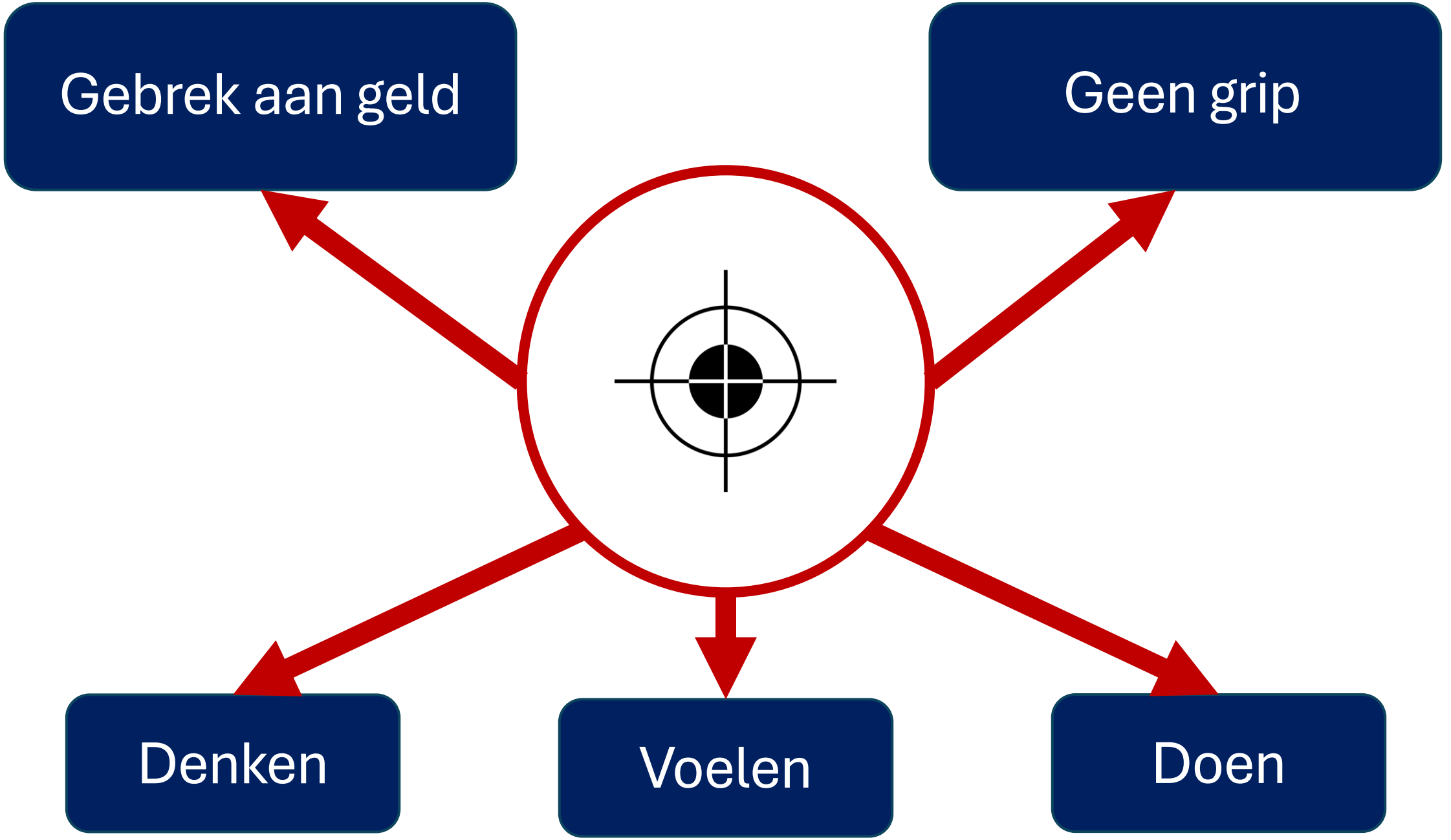
Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

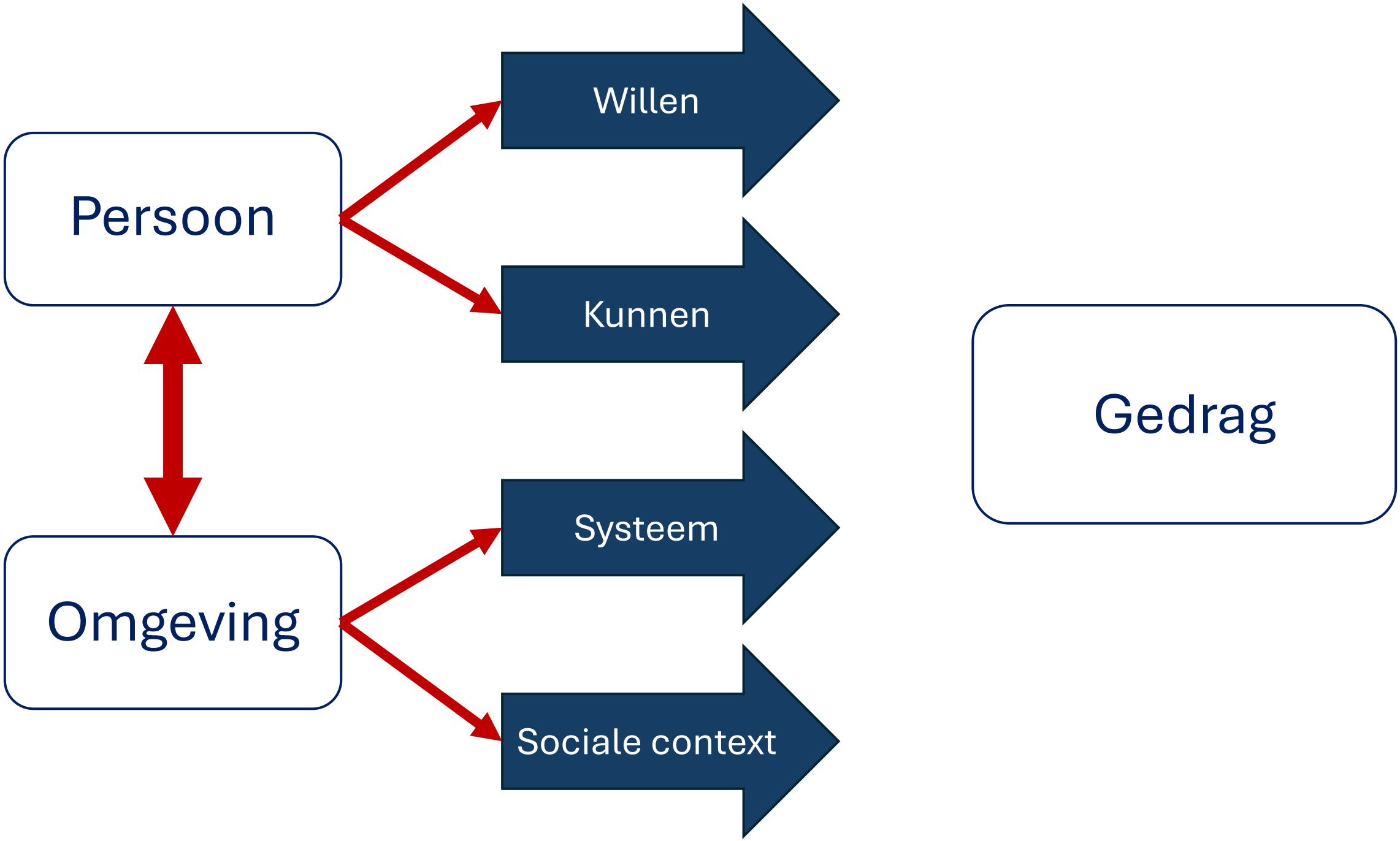
Leon Hilbert (2024). Decisions under financial scarcity. *Doctoral thesis.* Leiden University.


Vermijden
Financiële stress
Vermijden
Financiële stress


denken/voelen
/doen
Financiële
stress
van kwaad tot erger
Financiële
stress
denken/voelen/
doen

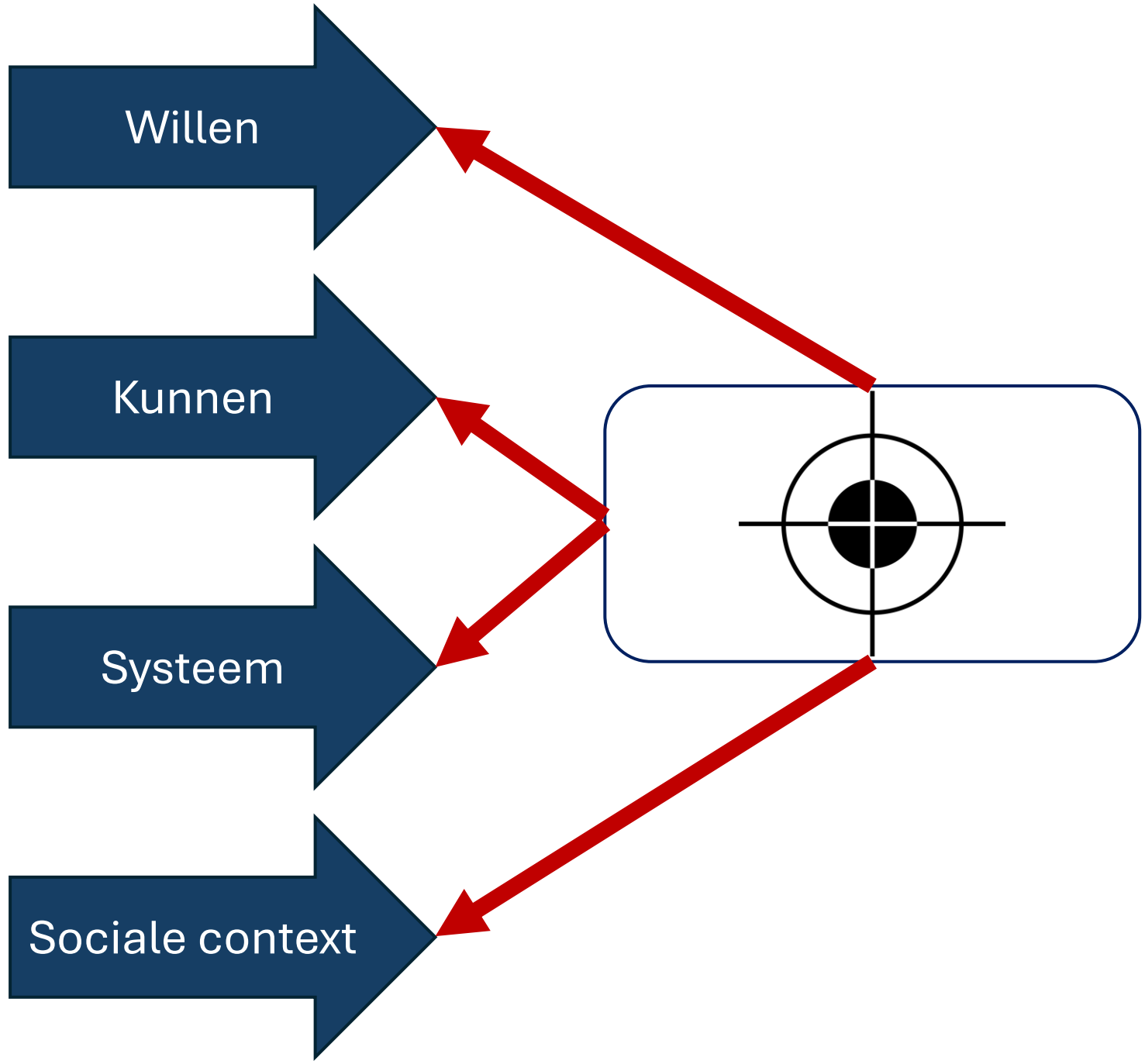

Gebrek aan geld
Geen grip
financiële stress
Denken
Voelen
Doen


Gebrek aan geld
Geen grip
Denken
Voelen
Doen


Persoon
Omgeving
Willen
Kunnen
Systeem
Sociale context
Gedrag

Persoon

Omgeving



# De route naar gezond financieel gedrag

Wilco van Dijk

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

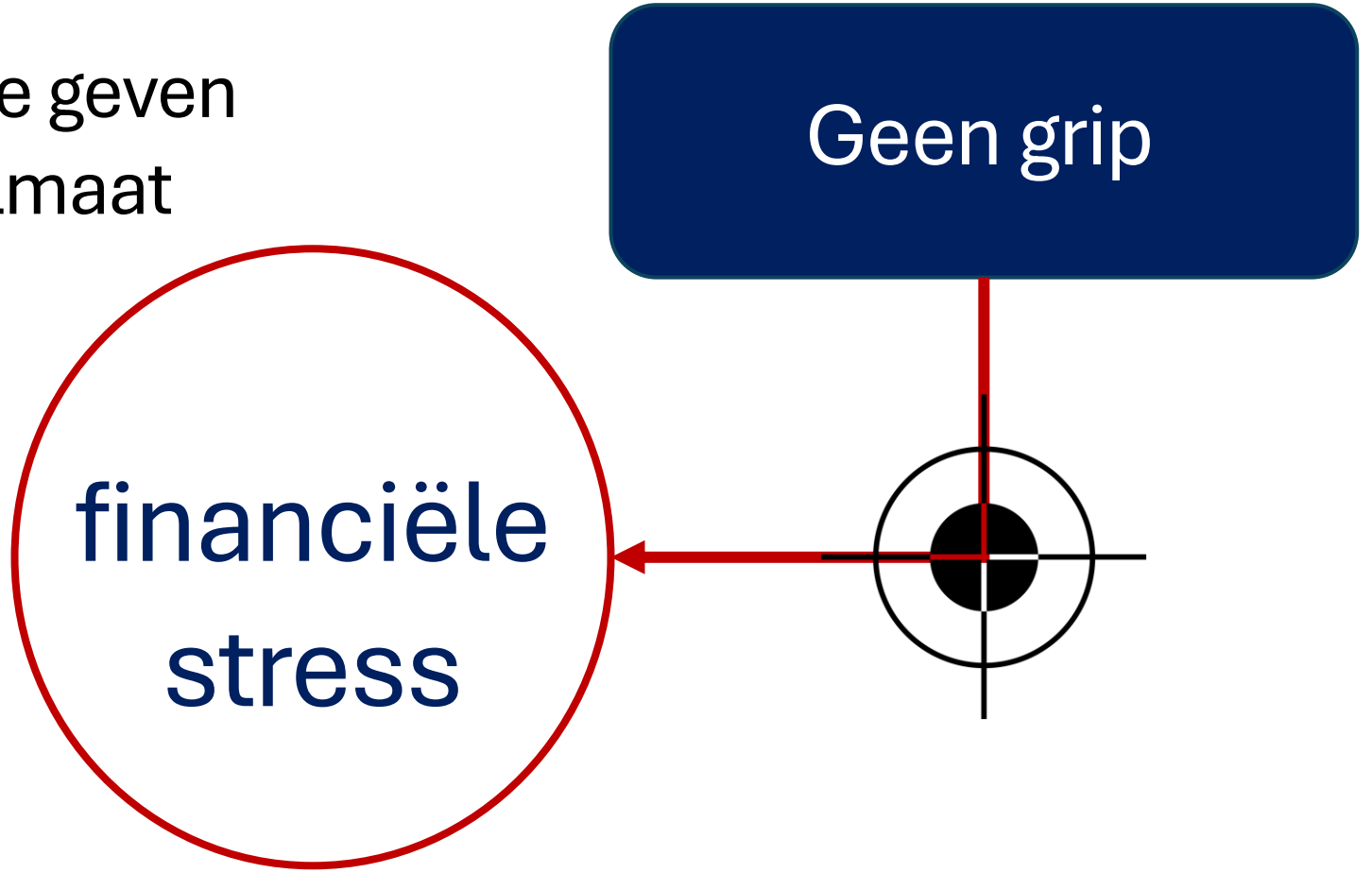
Universiteit Leiden

# Hoe kunnen we financiële stress verminderen?

- Niet-gebruik voorzieningen terugdringen
- Besparen waar mogelijk

- Financiële buffer opbouwen (moeilijk)
- Schulden kwijtschelden of niet laten oplopen

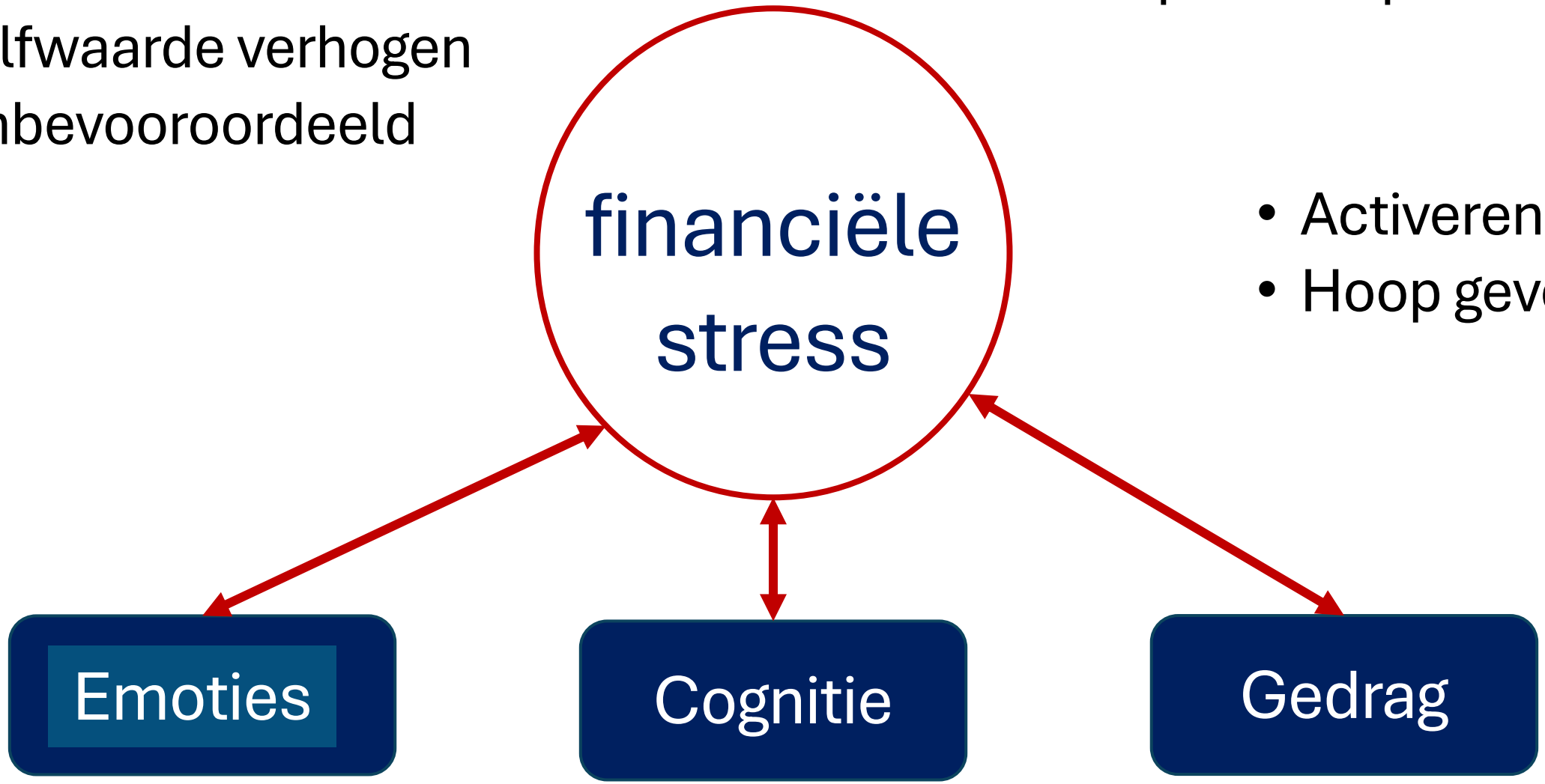
- Controle en autonomie geven
- Rust, reinheid en regelmaat




- Schulden bundelen bij één schuldeiser
- Heldere communicatie en makkelijke procedures
- Handelingsperspectief bieden

- Aandacht voor mentaal welzijn
- Sociale interacties bevorderen
- Zelfwaarde verhogen
- Onbevooroordeeld

- “Reminder & prompts”
- Helpen met plannen




- Activeren
- Hoop geven

# De route naar gezond financieel gedrag

Wilco van Dijk

Kenniscentrum
Psychologie en Economisch Gedrag

Universiteit Leiden