

Impact geldzorgen op gedrag

Geldzorgen brengen doorgaans (veel) stress met zich mee. Onderzoek toont aan dat onder meer de stress ertoe leidt dat mensen zich anders gaan gedragen. Uw medewerker kan zich minder concentreren op zijn werk, neemt wellicht besluiten waar u weinig begrip voor heeft, of komt niet in beweging waardoor de situatie escaleert. Al deze zaken kunnen terug te leiden zijn op de impact van geldzorgen op gedrag.

Effecten op het gedrag:

Uw medewerker gaat meer bij de dag leven

Als gevolg van geldstress gaan mensen zich meer richten op de korte termijn. Iedere dag moeten pijnlijke keuzes worden gemaakt over waar iemand het schaarse geld aan uitgeeft. Van eten, kapotte wasmachine, de huur tot wel/geen cadeau voor je jarige kind. Er zijn dagelijks nieuwe hobbels en onbetaalde rekeningen.

Dat bij de dag leven kan ook nieuwe problemen veroorzaken. Iemand vergroot bijvoorbeeld het eigen risico voor zijn zorgverzekering. Dat levert op korte termijn enkele tientjes per maand op. Dat geld kan uw medewerker goed gebruiken, waardoor het een slim besluit lijkt. Als hij op een later moment veel zorgkosten maakt, ontstaat het probleem dat hij een groot bedrag aan eigen risico moet betalen voor de zorg. Het is kenmerkend voor mensen met schulden dat ze hun lange termijn risico's niet (meer) kunnen doordenken.

Het IQ daalt tijdelijk

Geldstress kan ervoor zorgen dat iemands hoofd dusdanig in beslag wordt genomen door de geldzorgen, dat er weinig ruimte overblijft voor andere zaken. Uit onderzoek blijkt dat het beschikbare denkvermogen (IQ) daalt, soms met wel 10 punten. Dat betekent een aanzienlijke afname ten opzichte van mensen zonder geldzorgen. Door het verminderde denkvermogen nemen mensen met geldzorgen minder doordachte besluiten. Als de geldzorgen verdwijnen, veren mensen geleidelijk weer terug naar hun gewone IQ. [Hier](#) leest u meer over de gevolgen van geldzorgen.

Uw medewerker vindt het lastig om diens gedrag te sturen

In het dagelijks leven sturen we continu ons gedrag. Hiervoor zetten we onze zogenoemde executieve functies in. Voorbeelden hiervan zijn: aandacht kunnen richten en vasthouden, plannen, emoties reguleren, flexibel zijn als zaken veranderen en dingen in gang zetten.

Geldstress leidt ertoe dat deze functies verminderd beschikbaar zijn. Uw medewerker kan mogelijk minder goed zijn gedrag sturen. Bij grote geldstress kan uw medewerker het moeilijker vinden om beleefd te zijn, om verleidingen te weerstaan of om zijn hoofd bij het werk te houden. Daardoor maken ze fouten of krijgen ze ruzie met collega's.

Meer informatie:

- Geldzorgen kunnen ook leiden tot ziekte, net als ziekte op den duur kan leiden tot geldzorgen. Het is belangrijk om dit in uw achterhoofd te houden bij werknemers die (regelmatig) [ziek zijn](#)
- Financieel plannen, het anticiperen op mogelijke grote levensgebeurtenissen, is belangrijk om geldproblemen te voorkomen. Lees [hier](#) meer tips