

Liselotte Maas



Stap uit je schulden

Liselotte Maas

Stap uit je schulden

De
online
schulden
coach

Tekst: Liselotte Maas

Ontwerp: Studio Bosgra, Baarn

Als je iets uit deze uitgave wilt gebruiken, neem dan vooraf contact op.

Beste lezer,

Wat ben ik blij dat je de moeite neemt om dit boek te openen. Ik heb het geschreven voor iedereen met geldzorgen. Of eigenlijk, voor iedereen met geldzorgen die op zoek is naar een oplossing. Het is niet te geloven wat het hebben van geldzorgen met je doet.

En heb je eenmaal financiële problemen, dan is het vaak niet eenvoudig om er zelf uit te komen. Veel mensen voelen zich verlamd, schamen zich om hulp te zoeken en trouwens, als ze wel op zoek willen naar hulp, hebben ze vaak geen idee waar te beginnen.

Daarnaast kan het zo zijn, dat als je eenmaal achter loopt met je betalingen, je in een wervelwind terecht komt van aanmaningen, incasso-brieven en deurwaarderspost. Dan kan het snel gaan en voor je het weet, ligt er beslag op je inkomen. Zo kan een achterstand van 1.000 euro aanzwellen tot een tsunami aan schulden. Je raakt het overzicht kwijt en, eerlijk is eerlijk, vaak wil je het eigenlijk liever ook niet weten. Ik merk dat mensen vaak angstig zijn voor het totaalbedrag als ze alle achterstanden gaan optellen. Of je nu kleine geldzorgen hebt of grote betalingsachterstanden, ik spreek in dit boek voor het gemak over 'schulden'.

Met dit boek help ik je graag op weg om zelf aan de slag te gaan. Om stap-voor-stap aan de slag te gaan om weer de weg omhoog te nemen. Want een oplossing is er voor iedereen die dat echt wil.

Je zult wel zelf in actie moeten komen. Niemand anders gaat het voor je oplossen. Het is ook niet altijd makkelijk, want het vraagt om het onder ogen zien van je situatie en dat kan behoorlijk confronterend zijn. Maar uiteindelijk ben ik ervan overtuigd dat het je een veel fijner leven zal brengen. Denk je eens in, een leven zonder schulden, dat klinkt toch als een groot geschenk?

Start dus vandaag. Ik help je op weg.

En kom je er niet uit, of heb je vragen, weet me dan te vinden op info@deonlineschuldencoach.nl

Ik wens je veel succes.

Groet!



Liselotte Maas

De Online Schuldencoach



Voorwoord

Voor organisaties die willen samenwerken

Graag leg ik je wat meer uit over de samenwerkingen van De Online Schuldencoach met verschillende organisaties. Waar het begon met een online programma, merk ik dat organisaties het materiaal dat ik heb ontwikkeld, graag op hun eigen manier inzetten. Dat is heel mooi natuurlijk. Ik noem je graag een paar voorbeelden.

In Rotterdam heeft **Sagenn**, een opleidingsorganisatie, het online programma gebruikt bij een inburgering voor mensen met een migratie-achtergrond. Op die manier werd de online training samen met een docent Nederlands, gebruikt om onze taal beter te leren. Daarnaast heb ik aan het begin en aan het einde van het programma, een workshop op locatie gegeven. Het was een feestje om te mogen doen! De openheid van de mensen heeft me echt geraakt. We hebben samen gelachen en gehuild. Deelnemer Sherry zei na afloop: "Je hebt echt onze harten geopend". Dat compliment draag ik met me mee, wat heerlijk om dat terug te krijgen.

In Amersfoort is het online programma ingezet door **Stadsring51**, in combinatie met de mogelijkheid om een 'echte' budgetcoach te selecteren. Een vrijwilliger die vervolgens met mensen contact opneemt en helpt bij het ordenen van de administratie en als het nodig is, begeleid naar andere vormen van hulpverlening.

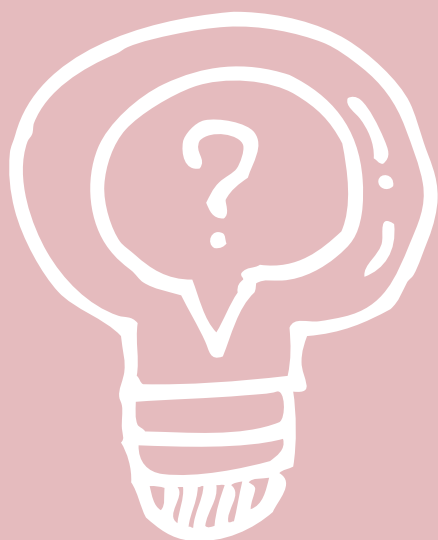
Gemeente Amstelveen heeft weer een andere aanpak. Voor hen heb ik naast het online programma ook een e-book geschreven. Dat e-book is een 'weggever' in een online campagne waarmee de gemeente vroegtijdig inwoners wil bereiken om aan te geven dat er hulp is bij geldzorgen. Inwoners krijgen daarnaast wekelijks een mail met daarin de stappen uit het online programma toegestuurd.

Vrijwilligersorganisatie Schuldhulpmaatje Westland heeft gekozen om een boekje te laten drukken. In het boekje staan alle nuttige adressen van hun samenwerkingspartners. Ter ere van het tienjarig bestaan wordt het uitgereikt aan alle vrijwilligers en genodigden. Als tastbare herinnering aan het jubileum, en als motivatie om zelf rond te kijken wie in je omgeving hulp kan gebruiken bij geldzorgen. Ook biedt het boekje inspiratie aan de vrijwilligers voor de gesprekken met praktische tips en onderwerpen om over in gesprek te gaan.

Kortom, er is altijd wel een manier om samen te bekijken hoe we mensen met schulden vroegtijdig op weg kunnen helpen. Op info@deonlineschuldencoach.nl ben ik bereikbaar voor een (digitaal) kopje koffie als je eens verder wilt praten.

Een vriendelijke groet,

Liselotte Maas



Inhoud

Beste lezer	5
Voorwoord	8
Inhoud	11
Inleiding	13
1. Kijk vooruit, niet achterom	17
2. Breng je geldzaken op orde	26
3. Wees lief voor jezelf	33
4. Blijf in contact met je schuldeisers	40
5. Schakel de juiste hulp in	51
6. Neem zelf de regie over je leven	57
7. Kom in actie	63
Informatie voor inwoners van gemeente Amstelveen	68



Inleiding

Dit boek is voor iedereen die schulden heeft en die er klaar voor is om te werken aan een oplossing. In zeven hoofdstukken beschrijf ik de stappen die je zelf kunt zetten om eruit te komen. Ook al denk je misschien van niet, het is echt mogelijk om een leven met schulden achter je te laten en te werken aan een zonnige schuldenvrije toekomst.

Een schone lei

Als schuldencoach heb ik jarenlang mensen begeleid die een lange weg hadden bewandeld, voordat er een oplossing kwam. We noemen dat dan 'een schone lei'. Dat vind ik een mooi woord, daarom gebruik ik het ook in mijn boek. Een schone lei betekent dat je achter je kunt laten wat is geweest, dat de gebeurtenissen worden uitgeveegd en dat er weer een blanco bladzijde voor je ligt. Het is een magisch moment als je mensen kunt laten weten dat alle schulden zijn afgelost. Er valt een last van iemand af. Ook al duurt het in de praktijk vaak langer dan iedereen graag wil, de dag van de 'schone lei' is een dag die voor veel mensen met schulden in het geheugen gegrift staat. De dag waarop een nieuw hoofdstuk van je leven begint.

Stap-voor-stap aan de slag

In dit boek beschrijf ik hoe je in zeven stappen zelf de acties kunt nemen die passen in jouw situatie. Je kunt natuurlijk stappen overslaan die niet op jou van toepassing zijn. Toch raad ik je

aan om ze allemaal door te lezen. Sommige stappen zijn heel praktisch, anderen geven je meer inzichten en achtergrondinformatie. Zoals over wat het hebben van schulden eigenlijk met je doet. Ik vind dat we daar in de schuldhulpverlening vaak te weinig aandacht voor hebben. Terwijl het volgens mij helpt bij je motivatie om aan de slag te gaan, als je ook stilstaat bij het nare gevoel dat het hebben van schulden met zich meedraagt. Want ook daar wil je ongetwijfeld graag vanaf.

Ik heb het boek geschreven om stap-voor-stap te volgen. Ik raad je aan om er niet te snel doorheen te gaan, maar elke stap door te lezen en de tijd te nemen om met de tips aan de slag te gaan. Op die manier kun je vandaag al in actie komen.

Een online programma

Er is ook een online programma dat je kunt gebruiken. Kijk op de website of jouw gemeente het online programma ook (gratis) aanbiedt. Je gegevens worden niet gedeeld met instanties, dus je kunt er zelf mee aan de slag: www.onlineschuldencoach.nl

Wat je zelf kunt doen

Heb je zelf geen schulden, misschien is er dan iemand in je omgeving die een zetje kan gebruiken om ermee aan de slag te gaan. Geef het boek vooral door, en zorg er dan ook voor dat je een luisterend oor biedt. Op die manier kun je iemand vaak al heel goed helpen bij de eerste stap.

“Ontwar de knoop die schulden hebben veroorzaakt, ga aan de slag met je gedachten en je situatie. Er is altijd een oplossing”

Heb je vragen

Als je vragen hebt, of je wilt je eigen ervaring delen, laat het me dan weten. Ik ben bereikbaar op info@deonlineschuldencoach.nl

Ik wens je veel succes, op naar een leven zonder schulden!



Liselotte Maas

De online schuldencoach

In dit boek vind je reacties van *Luuk en Eris*. Zij werken als consulent schuldhulpverlening bij een gemeente. Je kunt altijd contact opnemen met je gemeente als je vragen hebt of meer hulp wilt. Kijk op de website van je eigen gemeente voor meer informatie.



1. Kijk vooruit, niet achterom

Schulden vertellen een verhaal. Meestal een pijnlijk verhaal. Achter die zakelijke brief van de Belastingdienst, gaat een verhaal schuil van een verdrietige echtscheiding. De envelop van de deurwaarder, doet denken aan een contract dat niet werd verlengd. Zo raken financiële zaken verweven met emoties. Misschien is het daardoor ook wel zo ontzettend moeilijk, om je geldzaken op orde te houden. Zeker als je daardoor herinnerd wordt aan wat deze schulden hebben veroorzaakt.

Kim is een moeder van 32 jaar. Ze heeft twee kinderen en maakt op mij een erg overspannen indruk als ik haar voor het eerst spreek. Dat is ook niet raar, haar dochter is behoorlijk ernstig ziek en ze ligt volledig overhoop met haar ex, die haar het licht niet in de ogen gunt. Ze heeft geen vaste woning en reist met haar kinderen van haar ouders naar vrienden en bekenden. Geen fijne situatie. Kim is ten einde raad als ik haar spreek. Ze vertelt honderduit over haar vriend, er komt geen einde aan. Ik kan het verhaal niet goed volgen, maar het komt er op neer dat hij haar heeft achtergelaten met de zorg voor de kinderen en een flinke stap achterstallige administratie. Ik weet niet hoe ze het voor elkaar heeft gekregen, maar in een paar maanden tijd lukt het Kim om weer een plek te vinden voor haar kinderen. Dat is eigenlijk het belangrijkste

en geeft veel rust. De berg administratie was enorm, maar nu alles is uitgezocht, valt het eigenlijk best wel mee. Er is zo'n 6.000 euro aan achterstallige betalingen. Kim kan voorlopig nog niet aan het werk, maar er is een uitkering en samen hebben we afspraken gemaakt om de achterstanden in te lopen. Kim kan weer vooruit kijken, en daardoor heeft ze de rust om aan de slag te gaan met haar geldzaken. Nog even en ze kan weer aan het werk. Ze wil de schulden binnen twee jaar aflossen. Ik heb er vertrouwen in dat haar dat gaat lukken.

Schulden zijn emoties

Als ik voor het eerst thuiskom bij iemand die schulden heeft, vraag ik natuurlijk naar hoe het zo gekomen is. Ik kan me niet herinneren dat er iemand is geweest, die zonder enige emotie het verhaal kon vertellen van het ontstaan van de schulden. Schulden roepen emoties op. "Mijn ex deed altijd alsof er niets aan de hand was, en nu is 'ie ervandoor en zit ik hier met alle ellende opgescheept!" "Ik heb meer dan dertig jaar gewerkt en nu ben ik aan de kant gezet. Niemand wil me meer hebben. Ze bekijken het allemaal maar!"

Een vijftigjarige leraar Nederlands, Hans, woonde weer bij zijn ouders. Hij vertelde het verhaal over zijn schulden en zat duidelijk vol woede. Voor het gemak richtte hij zijn woede in het gesprek maar op mij. Ik wist me eigenlijk geen houding te geven, ik praatte maar wat mee, dat het zo vervelend voor hem was dat hij zijn baan was kwijtgeraakt ("Nee, dat vind ik helemaal niet erg, ik ben blij dat ik van die pleuriszooi verlost ben!") En dat ik het me kan voorstellen dat het lastig is om weer bij je ouders te wonen. ("Dat maakt me echt helemaal niks uit, waarom zou ik me daarvoor moeten schamen?!") Later in het gesprek, kwamen we te spreken over het bedrag dat hij zou gaan aflossen aan zijn schuldeisers. Zelf had hij berekend dat er niets over was maandelijks om af te betalen, maar dat zag ik toch anders. Toen werd het gesprek echt grimmig. Ik deed mijn notitieblok dicht en zei dat ik vertrok. Gelukkig zorgde dat ervoor dat Hans wat tot bedaren kwam. Ik zag de tranen in zijn ogen en het lukte me om niet met hem mee te huilen. Je hebt een goede baan, en dan woon je op je 50^{ste} weer bij je ouders, dat is niet niks. Ik denk dat het belangrijk is dat je je emoties toelaat, maar niet per sé op het moment dat je met iemand anders in gesprek bent...

Wijs ook eens naar jezelf

Ik heb honderden verhalen gehoord, en wat me daarin vaak opvalt, is dat het makkelijker is om naar een ander te wijzen, dan naar jezelf. Vaak is een scheiding of verlies van inkomen een reden waardoor schulden ontstaan. Het zijn heftige periodes. Wat maakt dat de één er doorheen komt zonder schulden en de ander achterblijft met een hele lading achterstallige rekeningen? Er zijn veel oorzaken aan te wijzen. Als je je niet eerder hebt beziggehouden met de administratie, komt er ineens heel veel op je af. Maar is het dan allemaal de schuld van je ex? En, bij een ondernemer, de boekhouder? Of was je eigenlijk wat gemakzuchtig en had je ergens wel door dat het niet helemaal lekker liep met de financiën? Natuurlijk gebeurt het dat je totaal onwetend bent gehouden. Zo maakte ik eens een gezin mee met twee kleine kinderen. Ze hadden bijna 40.000 euro aan schulden. Deze man bleek gokverslaafd en had zelfs een ander postadres genomen om de schulden verborgen te houden voor zijn vrouw. Ik kan me voorstellen dat zij furieus was, toen ze hier achterkwam!

Als ik naar het verhaal luister over schulden, hoor ik natuurlijk maar één kant van het verhaal. De 'ex' (het is echt héél vaak de ex die het allemaal heeft gedaan) is de grote boosdoener van alle ellende. Ik ben dan wel benieuwd naar het verhaal van die ex. Zou hij echt de hand in eigen boezem steken? Wat ik bedoel is, dat als je je hart hebt gelucht en je emoties hebt laten begaan, dat het dan ook goed is om eens eerlijk naar jezelf te kijken. Dat hoeft niet als verwijt en je hoeft ook zeker niet boos te worden of jezelf schuldig te voelen. Maar wat zou je een volgende keer

anders doen? Het is echt niet handig om in een relatie te stappen en alle financiën uit handen te geven. Om je baan op te zeggen als je kinderen krijgt en je partner betaald blijft werken. Waar heb jij keuzes gemaakt, die achteraf niet handig waren? Terwijl je geen werk had, blijven kopen op afbetaling, in de hoop dat het toch wel goed komt? Begrijpelijk, maar hopelijk zie je ook wat je hiervan kunt leren voor de toekomst. Je kunt niet terugdraaien wat er is gebeurd, maar je kunt er wel van leren.

Neem je verantwoordelijkheid

Eigen schuld, dikke bult! Jaren geleden vonden veel mensen dat het hebben van schulden je 'eigen schuld' was. Had je maar minder moeten kopen / meer moeten sparen / moeten gaan studeren / meer moeten werken / geen auto moeten willen. Makkelijk praten natuurlijk, zo gaat het vaak niet. Gelukkig weten de meeste mensen inmiddels wel dat het hebben van schulden echt niet komt door teveel kopen, of te weinig werken. Het leven is duur. Iedereen krijgt in zijn leven een portie pech en verdriet voor z'n kiezen. In zo'n situatie hoeft er maar iets te gebeuren en bam, daar ga je al.

Een zieke moeder waar je voor moet zorgen, waardoor je er met je hoofd niet helemaal bij bent. De rekeningen leg je even aan de kant. Het vele heen en weer rijden kost al je geld dat je over hebt in de maand. Rekeningen worden incassobrieven, terwijl je moeder alleen maar zieker wordt. Je besluit een nacht in de week bij haar te blijven. Het is zwaar en na een paar maanden is je moeder zo verzwakt, dat je binnenkort afscheid zult moeten nemen. Je bent emotioneel aan het einde van je Latijn en volop bezig om alles

te regelen. Na de begrafenis, wil je niets dan rust. Juist op dat moment staat de deurwaarder op de stoep. De rekeningen die waren blijven liggen, zijn verviervoudigd. Nu weet je het echt niet meer. Je gaat op bed liggen met je hoofd onder je kussen en je wilt helemaal niets.

Super zwaar, maar juist op dat moment dat je het niet meer weet en dat je het eigenlijk ook niet (meer) zelf kunt, is het wel belangrijk om in te zien dat jij de enige bent die hieruit kunt komen. Doe je niets, dan weet je zeker dat het alleen maar erger wordt. Het hebben van schulden is namelijk ontzettend duur. Een achterstand van een paar duizend euro, kan in een jaar tijd zomaar oplopen tot 20.000 euro. Zie dat dan nog maar eens in te lopen.

Zet een streep onder wat er is gebeurd

Wat ik wil zeggen, is dat wat ook de reden is dat je in de financiële problemen terecht bent gekomen, je ergens een streep moet zetten onder wat er is gebeurd. Wat er financieel ook aan achterstand is ontstaan, en welk verhaal daar ook bij hoort, het is je eigen verantwoordelijkheid om er iets aan te doen. Wat mij opvalt in de verhalen van mensen over hun schulden, is dat er altijd een groep is die geen verantwoordelijkheid neemt. Die blijft wijzen naar de ander. Dat is voor mij een teken dat het regelen van schulden moeizaam zal gaan. Ik denk, dat je pas aan een oplossing kunt werken, als je verantwoordelijkheid neemt voor je situatie. Hoe onterecht ook, dat je in deze situatie terecht gekomen bent. De

Mooi stuk,
dit is de stap die
ik iedereen graag zie
maken.
Luuk

mensen die nadat ze hun verhaal hebben verteld, achteraf iets toevoegen als: "Maar ja, het was ook niet handig om zo snel al te gaan samenwonen..." kijk, dan zie ik een opening, dan zie je in dat je zelf ook een aandeel hebt. In ieder geval vanaf vandaag. Door een streep te zetten onder wat geweest is en vooruit te gaan kijken naar de toekomst.

Laat achter je wat is geweest, zet een streep onder wat er is gebeurd, en kijk vanaf nu weer vooruit, de toekomst in.

Kijk naar de toekomst

Zelf kijk ik graag naar de toekomst. Al is dat ook wel eens anders geweest. Toen ik voor de zoveelste keer was gestopt met mijn werk omdat ik niet meer het enthousiasme had waarmee ik graag mijn werk wil doen, kostte het me een aantal weken om weer een beetje energie te vinden. Zelfs boodschappen doen voor meerdere dagen tegelijk, was me al teveel. Dat was niks voor mij, maar ik kon ook niet doen alsof er niets aan de hand was natuurlijk. Ik ben gaan wandelen, en gaan fietsen. Heerlijk door de bossen struinen en luisteren naar het geritsel van de blaadjes en het vrolijke gezang van de vogels. Voor mezelf werkte het om eerst de rust te nemen, om even niets te hoeven. Daarna komt er wel weer een tijd om vooruit te kijken, want de toekomst kan je ook angstig maken. Als je het idee hebt, dat je in een situatie zit, waar je niet zelf uit gaat komen. Als je schulden hebt, kan ik me voorstellen dat je

net zo verlamd voelt. De toekomst ziet er niet rooskleurig uit en het ontbreekt je aan energie om aan de slag te gaan. Toch is dit, al is het maar een klein lichtpuntje in de verte, wat nodig is voor verandering.

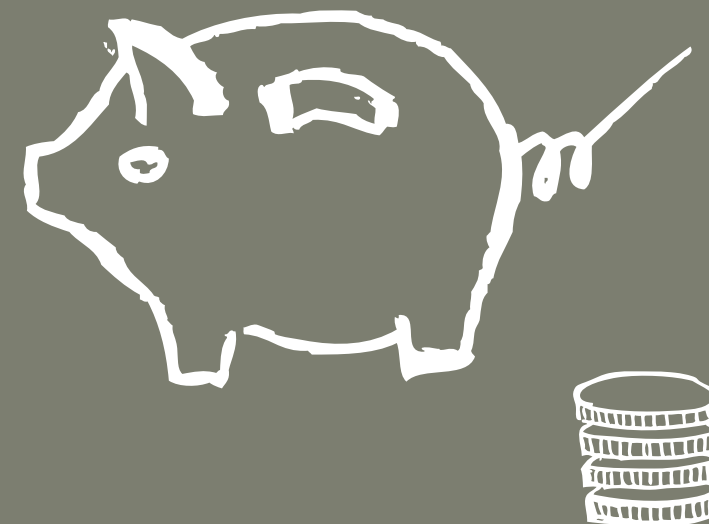
Zorg dat je bij iemand terecht kunt

Merk je dat je al te lang in een situatie zit, waarin er niets meer uit je handen komt? Misschien kan een vriendin, buurman of ouder je helpen om weer vooruit te kunnen kijken. Denk na over hoe je toekomst eruit zal zien als je geen schulden hebt. Zoek iemand met wie je het fijn vindt om te praten en ga er op uit. Doe wat leuks, zo voel je je weer wat veerkrachtiger.

Ja zo is het, belangrijk om met iemand je zorgen te delen.
Eris

Ik merkte dat het week in week uit steeds beter met me ging. Natuurlijk zijn er dan soms ook dagen dat je niet vooruit te branden bent, dat hoort erbij. Als je merkt dat je steeds wat meer veerkracht voelt, dan zal het ook steeds makkelijker zijn om naar de toekomst te kijken. Het verleden is niet weg, maar er mag een strik omheen en wat je niet meer nodig hebt, hoeft je niet meer mee te nemen.

“Loop vooruit, ook al is het einde nog niet in zicht, vanaf het moment dat je besluit alleen nog vooruit te lopen, komt er een dag dat het einde in zicht is.”



2. Breng je geldzaken op orde

Een vriendin van mij, heeft samen met haar partner één gezamenlijke rekening. Daar komt het geld op binnen en daar betalen ze ieder van wat ze nodig hebben. Het meest eenvoudige systeem dat er bestaat, en voor hen werkt het. Zelf heb ik wel tien verschillende rekeningen. Ik ben er ook niet altijd blij mee, maar het helpt me wel om overzicht te houden. Ik heb een gezamenlijke rekening met mijn partner, een privé rekening voor mijn eigen uitgaven, een zakelijke rekening voor mijn werk, een spaarrekening voor een vakantie met vriendinnen, een spaarrekening voor een wereldreis en spaarrekeningen voor de kinderen en ook heb ik nog wat losse rekeningen waarvan ik ben vergeten voor welk doel ik die ook alweer heb geopend.

Of je nu zelf al je financiën regelt of dat je partner dat doet, het is goed om na te denken over je geldzaken. Hoe jij wilt dat het geregeld is. Ook als je geldzaken misschien helemaal niet op orde zijn, is dit een belangrijke eerste stap. Het helpt om weer overzicht te hebben in je situatie. Er is trouwens altijd hulp beschikbaar. In elke gemeente zijn 'maatjes' die je graag helpen om je geldzaken op orde te brengen.

Hoe regel jij eigenlijk je bankzaken?

Voordat je jouw geldzaken op orde brengt, is het goed om eens na te denken wat jij daarbij belangrijk vindt. Voor mij is het belangrijk om naast een gezamenlijke rekening met mijn partner, ook een

'Klopt, een
gezamenlijk huishouden,
betekent een gezamenlijke
verantwoordelijkheid!
Luuk

eigen rekening te hebben. Ik kan dan zelf kopen wat ik graag wil, zonder dat ik dat met mijn man hoeft te bespreken. Hij wil dat ook graag, dus dat was snel beslist. Als je een partner hebt, zijn er meer keuzes te maken. Ik beschrijf daarvoor verschillende mogelijkheden. Heb je geen partner, kijk dan op welke manier je graag voor jezelf je bankzaken regelt. Ik zet de mogelijkheden op een rijtje. Ik ben benieuwd welke manier bij jou past.

Alles-op-één-rekening-type

Je hebt één rekening waar je inkomen op binnenkomt. Heb je een partner, dan betalen jullie samen alles van deze rekening. Jouw eigen uitgaven en ook jullie gezamenlijke uitgaven. Als het werkt, ben ik de laatste die er iets van zal zeggen. Nou vooruit, misschien kun je er een spaarrekening aan koppelen. Al spaar je elke maand een tientje, dan kun je aan het einde van het jaar toch iets extra's gaan doen. Vieren dat het gelukt is om te sparen bijvoorbeeld!

Niet-meer-delen-dan-noodzakelijk-type

Heb je een relatie en heb je naast een eigen rekening een gezamenlijke rekening, dan kun je er natuurlijk voor kiezen om allebei je eigen inkomen op je privé rekening te laten binnenkomen en elke maand een afgesproken bedrag over te maken naar een gezamenlijke rekening. Je kunt dat gezamenlijk bedrag afspreken naar rato van je inkomen, of je stort allebei een vast bedrag. Liefst net iets ruimer dan nodig, zodat je ook nog wat overhoudt. Open ook een gezamenlijke spaarrekening, om daar elke maand een vast bedrag op te sparen.

Gezamenlijk-is-de-basis-type

Heb je een partner, dan kun je er ook voor kiezen om op een gezamenlijke rekening alle inkomsten te laten binnenkomen en daar ook alle vaste lasten van te betalen. Zeker als je kinderen hebt, vaak de meest praktische oplossing. Daarnaast heb je ieder een privé rekening waarop je maandelijks een vast bedrag (of een bedrag naar rato van ieders inkomen) overmaakt, dat je gebruikt voor je eigen uitgaven. Denk aan kleding, een avond op stap met een goede vriend of het abonnement voor de sportschool. Spreek af welke uitgaven gezamenlijk zijn en welke uitgaven je van je privé rekening betaalt. Je zult zien dat dat nog best een pittig gesprek op kan leveren!

Overzicht op de vaste lasten

Los van de manier waarop je jouw bankzaken inricht, is het ook handig na te denken hoe je overzicht wilt houden op je vaste lasten. Zelf ben ik vrij laks en zie ik wel of er iets aan het einde van de maand over blijft. Zeker als je een krap budget hebt, (en met de huidige woningprijzen en energieprijzen, wie heeft dat niet?) Is het aan te raden om twee bankrekeningen te gebruiken: één voor de vaste lasten en één voor je huishoudgeld. Je inkomen komt dan binnen op je rekening van de vaste lasten, en je maakt op een vast moment in de maand een vast bedrag over naar je huishoudrekening. (Dat kan je natuurlijk gewoon automatisch laten overmaken). Bijvoorbeeld 430 euro op elke eerste van de maand. Je weet dan dat je elke week 100 euro op kunt nemen voor je boodschappen. Zo zie je veel beter hoeveel geld je nog

hebt tot het einde van de maand. En ja, een maand heeft iets meer dan vier weken, dus probeer daar ook rekening mee te houden.

In de schuldsanering

Wilma zat drie jaar lang in een schuldsanering. Samen met haar partner doorliep ze de regeling en uiteraard waren ze beiden erg blij dat ze deze periode konden afsluiten met een schone lei. Een paar jaar later sprak ik Wilma nogmaals. Ze was inmiddels gescheiden van haar partner en had helaas opnieuw een paar achterstanden. Gelukkig was ze er dit keer op tijd bij. Hier zat een heel andere Wilma tegenover me, dan die ik nog kende van eerder. Waar ze voorheen wat schuchter op de bank zat en zich tijdens haar huwelijk nooit met haar administratie had beziggehouden, vertelde ze me nu dat ze haar geldzaken allemaal zelf regelt. Ze heeft een rekening voor haar vaste lasten en een rekening voor het huishoudgeld. Op die manier kan ze haar administratie goed overzien.

Orde in de chaos

Een mail met een factuur, een brief met de telefoonrekening, een WhatsApp bericht van Mijn Overheid met informatie. Al ben je nog zo van goede wil, waar begin je om orde in de chaos te scheppen? Om nog maar te zwijgen van de achterstand die misschien is ontstaan in het bijhouden van je administratie.

Mijn tip? Zet een timer op 30 minuten en begin bij het begin. Loop je hele huis door en verzamel alle papieren die je kunt vinden van je administratie. Kijk meteen ook bij het oud papier, of daar niet iets belangrijks tussen zit. Maak alle enveloppen open, en maak een stapel wat van dit jaar is, en wat ouder is. Na dertig minuten stop je ermee. Is het niet af, plan dan een nieuw moment waarop je verder gaat.

Handige tip! Goed om een begin te maken en zo stap voor stap tot een overzicht te komen.

Eris

Eén doos per jaar

Ik ben niet zo van het bewaren. Als ik een rekening heb betaald, gooi ik 'm weg. Als het iets is, waar ik nog garantie op heb, bewaar ik het digitaal. Wat er nog aan papieren binnenkomt, bewaar ik in een doos. Ik vind het teveel moeite om alles in een map te bewaren. Het jaar erna kijk ik wat ik nodig heb voor de belastingaangifte en de rest gooi ik weg. "Oei, gooi je dan niet teveel weg?" Ja, soms wel eerlijk gezegd. Dan moet ik opnieuw een overzicht of een rekening opvragen. Maar dat weegt voor mij niet op tegen de voordelen van een eenvoudig systeem.

Een digitaal archief

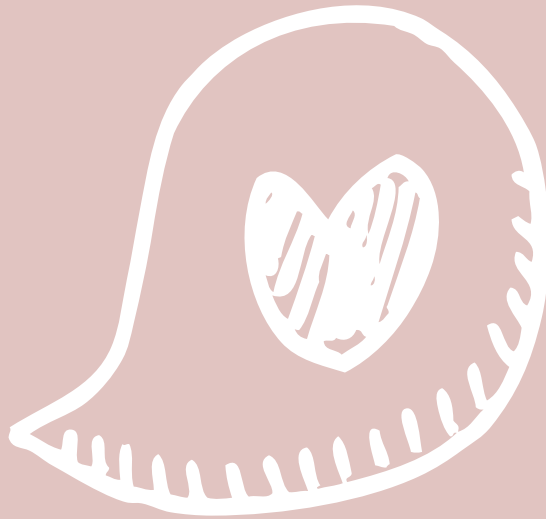
De meeste informatie ontvangen we tegenwoordig per mail. Ik print bijna niets meer uit, dus wat digitaal binnenkomt, berg ik ook digitaal op. Ik heb een map 'Financiën' op mijn laptop en als ik een factuur ontvang die ik wil bewaren, sla ik die op in deze map. Ook andere belangrijke financiële papieren (contracten en garantie bewijzen) sla ik hier op. Net als met de papieren versie, maak ik per jaar een map aan, waar ik alles in bewaar. Geen submappen,

dat is me te ingewikkeld en ik ken mezelf, dan houd ik verder toch niet meer bij.

Help, waar te beginnen!

Je geldzaken op orde brengen kan een flinke klus zijn. Ik liet je al eerder weten, dat er vrijwilligers zijn, die je daar graag bij helpen. Maak er dus vooral gebruik van. Wil je zelf aan de slag, dan zou ik beginnen met een zo eenvoudig mogelijk systeem. Maak één plaats voor alle digitale informatie en één map of doos voor je papieren. Heb je meerdere brieven van dezelfde organisatie, bijvoorbeeld schulden, kijk dan of de dossiernummers hetzelfde zijn. In dat geval hoef je alleen de laatste brief te bewaren, die is actueel. De rest kan dan weg. Het belangrijkste is dat je begint, dat je echt aan de slag gaat. Als je dat doet, weet ik zeker dat je na afloop een voldaan gevoel hebt. Je financiële situatie is er niet door verbeterd, maar het zorgt er wel voor dat je weer overzicht krijgt. Dat is echt al een grote eerste stap.

"Tijd om aan de slag te gaan. Neem een kop koffie en zet een fijne playlist op. Dan start je de timer op 30 minuten en zo heb je in no-time de eerste grote stap gezet, chapeau!"



3. Wees lief voor jezelf

Het is misschien een vreemd hoofdstuk in een boek over geldzaken. Toch denk ik dat het belangrijk is om te kijken naar meer dan alleen je schulden. Ik zie vaak dat als je lang rondloopt met schulden, je dan ook op andere gebieden niet meer positief naar jezelf kunt kijken. Dat snap ik ook wel. Het hebben van schulden doet zoveel met je. Het zit eigenlijk continu in je gedachten. Dat maakt het leven er niet vrolijker op. Vaak voelen mensen zich mislukt, dom, verdrietig en teleurgesteld. Maar dat neemt niet weg dat je nog steeds vrolijk, aardig, behulpzaam en slim bent. Het gaat er om, dat je je beseft dat je wel schulden hebt, maar niet je schulden bent. Dat is een groot verschil.

De betekenis van schuld

In het Nederlands heeft 'schuld' verschillende betekenissen. Het kan gaan over een bedrag dat je moet afbetalen. Maar ook om een morele verplichting, zoals in 'belofte maakt schuld'. Wat het helemaal lastig maakt, is dat we 'schuld' ook gebruiken bij een tekortkoming. Iets is 'je eigen schuld'. Tenslotte geven we 'schuld' ook aan bij de verantwoordelijkheid die is ontstaan door een tekortkoming: 'eigen schuld, dikke bult'.

Nu kun je je wel voorstellen, dat het hebben van schulden, ook vaak voelt als 'eigen schuld'. Het is namelijk hetzelfde woord! In het Engels, is het veel duidelijker. Daar heb je 'debt' voor het bedrag dat je moet afbetalen. Guilt is een schuld in de betekenis van een misdaad en 'blame' voor de schuld met een verwijt-

baarheid. Ik kan me voorstellen dat Engelsen dan ook veel minder een 'debt' zullen linken met 'blame' en 'guilt'.

Hoe dan ook, als je schulden hebt, neemt het vaak veel plezier weg. Alsof overal een schaduw overheen ligt. Het draagt vaak bij aan een negatief zelfbeeld.

Ga maar eens na hoe het bij jezelf zit. Je denkt bij je schulden vast niet alleen aan je financiële tekortkomingen, maar waarschijnlijk ook aan allerlei (schuld)gevoelens die een extra negatieve lading geven.

Je bent niet de enige

Misschien een schrale troost, maar wist je dat ieder jaar zo'n 80.000 mensen hulp zoeken vanwege hun financiële problemen? Soms voor informatie en advies, vaak voor een traject van hulpverlening. Het is logisch dat mensen met een laag inkomen, het vaakst in de financiële problemen komen. Met een laag inkomen, lukt het meestal niet om spaargeld achter de hand te hebben. Als er dan iets mis gaat, ben je meteen de klos.

Ook mensen met een hoger inkomen, kunnen in de financiële problemen komen. Als je een hoger inkomen hebt, heb je vaak je vaste lasten daarop aangepast. Het is lang niet altijd zo dat het met een hoger inkomen altijd lukt om te sparen. Soms kun je dan achteraf wel zien waar het is misgegaan. Misschien was het achteraf niet verstandig om een (te) hoge hypotheek af te sluiten. Maar zeker als je kijkt naar de huidige woningmarkt, zie

Ja, dat herken ik. Het is ook wetenschappelijk aangetoond dat schulden altijd (onbewust) in gedachten aanwezig zijn en daarmee constant voor stress zorgen.

Luuk

je dat je vaak niet anders kunt dan de hoofdprijs te betalen om ergens te wonen. Bijvoorbeeld om eindelijk op jezelf te kunnen wonen, om ruimte te hebben voor je kinderen, omdat je verlangt naar een tuin of omdat je het beu bent altijd je boodschappen naar driehoog te sjouwen. Kortom, er zijn genoeg wensen!

Dat wat je hebt kan je ook makkelijk verliezen, maar wat je bent verlies je nooit.

- Gabriel Marcel, Franse Filosoof

Begin bij jezelf

Om eerlijk te zijn, als ik bij mensen langs ga die in de schulden zitten, denk ik na afloop soms: "Als ik zo drie maanden op de bank zou liggen met de gordijnen dicht, zou ik me ook ziek voelen." Ik snap dat er heel veel aan de hand kan zijn, waardoor het je niet lukt om iedere dag vrolijk en vol energie te beginnen. Maar ergens begint het allerkleinste begin om tot een verandering te komen, wel bij jezelf. Als ik minder wil eten, maar toch elke dag chocolade blijf snoepen, verbaast het me niet echt als de weegschaal nog steeds iets meer kilo's aangeeft dan ik graag zou zien. Als ik een opdracht af wil maken om een boek te schrijven, dan kan ik eerst de keuken opruimen, mijn mail beantwoorden en een wasje draaien, maar als ik daarna niet begin, dan komt het hoofdstuk niet af. Wat ik maar bedoel, is dat het heel menselijk is om bij de pakken neer te zitten als je het even niet meer weet. Als het tegen zit, heb je misschien het gevoel dat de hele wereld tegen je is...

dan is het begrijpelijk dat je het liefste op de bank wilt liggen, met de gordijnen dicht. De wereld buiten laten. Voor een paar weken is dat soms ook maar even wat het is. Als het langer duurt, is het goed om je te bedenken wat nu echt belangrijk voor je is. Wil je iets veranderen, dan begint het met jezelf. Zo'n bedompt huis, met weinig zonlicht en de hele dag de televisie aan, daar wordt niemand beter van.

Zorg voor frisse lucht

Gooi de gordijnen open, zet de deur open voor frisse lucht, ruim op en ga iets actiefs doen, waar je je beter door gaat voelen. Ik houd zelf van wandelen, het liefst in de bossen. Gezellig als dat samen met een vriend of vriendin is, maar soms ga ik ook alleen. Niet altijd heb ik er zin in, maar ik weet dat het me helpt. Zeker op momenten dat ik me wat lamkendig voel. En inderdaad, van een lange wandeling knap ik altijd weer op.

Vraag hulp

Als het moeilijk is te bedenken wat je kunt doen om te beginnen met een verandering, kan het heel erg helpen om dat met iemand te bespreken. Er is vast een vriend, buurvrouw of collega die je graag wil helpen. Heb je moeite om je huis uit te komen? Vraag iemand voor een telefoon-wandeling. Loop samen een blokje om, ieder in zijn eigen woonplaats. En ondertussen spreek je elkaar. Een makkelijke manier om contact te houden, iemand te spreken die je niet hoeft aan te kijken (dat kan ook erg helpen

gezegd niet eens aan denken. De camping is met een beetje zon ook een prima plek voor de zomer.

“Laat je gedachten voor wat ze zijn. Denk aan wie je bent los van je schulden. Wees trots op wat je kunt, op wat je doet, op wie je bent.”



4. Blijf in contact met je schuldeisers

Ik was bij Maya, een vriendelijke vrouw die in een eengezinswoning woont in een buitenwijk van Utrecht. Toen ik haar vroeg naar de schulden die ze had, liep ze haar hele huis door. Ze ging eerst naar de keuken. Ik dacht, ze gaat een kopje thee halen, maar ik had al thee. Vervolgens liep ze naar de kelderkast. Toen naar een ladekast in haar woonkamer en als laatste nog naar boven. Ik had het pas heel laat door. Ze was alle post in huis aan het verzamelen van haar schulden. Een flinke stapel lag op tafel, met allemaal enveloppen. Sommigen geopend, maar de meeste waren nog dicht. Er is werk aan de winkel.

Even die enveloppen openmaken

Eén voor één maakten we de enveloppen open. Voor mij een standaard klusje, rits rats met een pen. Ik realiseerde me toen niet, dat dat voor Maya misschien al wel een heel grote stap was. Een confrontatie met de werkelijkheid. Na het openen van alle brieven, sorteerde ik ze op schuld. De ene vordering was overgegaan naar een incassobureau. Andere brieven van deurwaarders bleken allemaal betrekking te hebben op dezelfde schuld. Binnen een kwartier hadden we van vier flinke stapels een klein stapeltje gemaakt. In totaal waren er acht schulden. Nog steeds aardig wat, maar het zag er al een stuk minder ernstig uit dan al die papieren die overal in huis lagen.

Ik heb makkelijk praten, maar ik denk dan, dat het veel lastiger is om elke dag tegen al die dichte enveloppen aan te kijken. Met een stemmetje in je achterhoofd dat zegt dat je daar echt iets mee

moet. Je begint door de enveloppen open te maken, weg te gooien wat inmiddels oud is en de laatste brieven van de schuldeisers te bewaren.

De boze deurwaarder

Sprookjes zijn altijd zo heerlijk overzichtelijk. Je hebt 'goed' en 'slecht'. Roodkapje is goed en de wolf is slecht. Klein duimpje is goed, de reus slecht. Zo kijken we ook vaak naar onze samenleving. Iemand met schulden is 'goed', degene die geld wil, is 'slecht'. Maar is dat wel zo? Als jij iets koopt, of dat nu in een winkel is of bijvoorbeeld een abonnement voor je telefoon, dan spreek je af dat jij daarvoor betaalt. Jij krijgt je product, of dienst en de ander krijgt geld. Als jij het niet kunt betalen, gaat de schuldeiser natuurlijk iemand inschakelen die dat voor hem kan regelen. Eerst een incassobureau en als dat niet lukt, een deurwaarder. Je kan boos zijn op een schuldeiser, om veel verschillende redenen, maar het komt er op neer dat een schuldeiser recht heeft op betaling. Een schuldeiser is er echt niet om jou het leven zuur te maken.

De deurwaarder

Een deurwaarder is een ambtenaar die in opdracht van een schuldeiser wil dat er betaald wordt. Hij heeft een maatschappelijke taak. Een deurwaarder kan beslag leggen, maar daar gaat altijd eerst een heel traject aan vooraf. Hij begrijpt echt wel dat als je geen geld hebt, het geen zin heeft om daar extra kosten voor te maken. Datzelfde geldt voor veel andere schuldeisers. Het enige wat ze willen, is

Ik merk dat een deurwaarder in de praktijk niet altijd wil meewerken. Kom je er niet uit, schakel dan hulp in.

Eris

dat er wordt betaald. Daar kun je prima afspraken over maken. Dat is misschien spannend, je weet misschien niet waar te beginnen, maar de meeste schuldeisers zijn bereid met je mee te denken. En mocht je toch een schuldeiser treffen, die niet bereid is om met je mee te denken, dan kun je ook daarvoor hulp inschakelen. Wat niet helpt, is nietsdoen. Contact opnemen dus. Maar hoe dan?

Ja, belangrijk om te zorgen dat de schulden niet uit de hand lopen!
Luuk

Top 5 van meest voorkomende schuldeisers

1. *Belastingdienst*
2. *Zorgverzekeraar*
3. *Deurwaarder*
4. *CJIB*
5. *Incasso organisatie*

(Bron: NVVK jaarverslag 2021)

Contact opnemen met je schuldeisers

Je hebt een brief. Daarin staat dat je nu 500 euro moet betalen, anders gaat de schuld naar een deurwaarder. Dat wil je niet. Maar 500 euro, dat heb je niet. Wat kun je nu doen? Neem contact op. Je kunt een mail sturen, maar je kunt ook bellen. Hoe kan zo'n gesprek dan gaan?

“Goedemorgen, met Linda. Ik heb een brief gehad. Zal ik het dossiernummer noemen? Dat is 22-768456. Er staat dat ik 500 euro moet betalen voor eind volgende week, maar dat lukt me helaas niet. Daarom bel ik. Ik wil graag weten wat er mogelijk is.”

“Oké, ik ga kijken wat ik kan doen. Wat kun je wel betalen?”

“Ik krijg aan het einde van de maand weer geld, ik kan dan 100 euro betalen. Dat kan ik de komende vijf maanden doen.”

“Ik kijk het even na. Ik zie dat we minstens 200 euro per maand willen hebben.”

“Dat lukt me echt niet, 100 euro is het maximale dat ik kan aflossen.”

“Vooruit dan, maar dan wil ik wel dat het steeds voor de 1^e van de maand binnen is. Anders gaat het alsnog naar een deurwaarder.”

Goed gedaan Linda. Wat is hier nu belangrijk?

1. Laat van je horen. Een schuldeiser vindt niets zo vervelend, dan een klant die nergens op reageert.
2. Kom zelf met een voorstel. Geef aan welk bedrag je kunt missen. Alleen maar zeggen dat je het niet kunt betalen, daar gaat een schuldeiser niet mee akkoord.
3. Zorg dat je jouw afspraak nakomt. Als je afspreekt dat je elke maand 100 euro aflost en dat je dat voor de 1e van de maand betaalt, zorg er dan ook voor dat je je daar aan houdt.
4. Laat het weten als het toch niet lukt. Lukt het toch niet om je aan de regeling te houden die je hebt afgesproken? Neem dan opnieuw contact op. Leg uit waarom je je regeling niet kunt nakomen en kom met een nieuw voorstel.

Ja maar...

Maar wat als je niets hebt om af te lossen? Zelfs dan raad ik je aan om contact op te nemen met je schuldeisers. Ik schreef het al eerder, schulden hebben is heel duur. Je kunt de schuldeisers bellen en vragen of ze drie maanden 'pauze' kunnen geven, zodat je met een plan kunt komen hoe je jouw schulden kunt aanpakken. Je denkt misschien dat dat onmogelijk is om voor elkaar te krijgen, maar je zult zien dat de meeste schuldeisers je deze ruimte geven. Tref je een schuldeiser die toch voet bij stuk houdt, dan kun je ook om hulp vragen, bij de gemeente bijvoorbeeld. In de praktijk merk ik trouwens vaak dat als er contact is geweest, ze toch wel even uitstel geven. Al willen ze dat op de mail of aan de telefoon misschien niet toegeven.

Johan heeft er maanden over gedaan om hulp te zoeken toen hij schulden had. Na afloop vroeg ik hem wat de beste tip is voor anderen met schulden: "Dat is een tip, die ik zelf ook graag gehad had. Ik had dus eigenlijk eerder naar mezelf moeten luisteren!"

"Blijf in contact met de schuldeisers, blijf alle post openmaken die binnenkomt en probeer in kaart te brengen hoe het ervoor staat."

Wat de deurwaarder voor je kan doen

"Ik wil niet dat iemand een schuld aflost, maar vervolgens de huur niet meer kan betalen."

Sylvia Visser is deurwaarder in Nieuwegein. Ik ben benieuwd wat zij kan doen voor mensen die schulden hebben. Sylvia: "Het is vooral belangrijk dat iemand contact opneemt. Vaak hebben mensen door de televisie een heel verkeerd beeld van een deurwaarder. Ik sta tussen de schuldeiser en iemand met schulden in. Mijn enige doel is te zorgen dat er een oplossing komt, die voor alle partijen goed is. Je kunt langskomen, mailen of bellen. Bellen is wel het meest persoonlijke. Als je het eng vindt om zelf contact op te nemen, kun je ook hulp vragen." Maar hoe weet je nou, wat een goede betalingsregeling is? Sylvia: "Ik heb er niets aan als iemand een betaling afspreekt die te hoog is en die vervolgens niet nagekomen kan worden. Ik vraag dus naar je inkomsten en uitgaven. Vaak stuur ik daarvoor een formulier. Zo krijgen we een beeld en weten we wat er past in iemands budget. Ik wil niet dat

iemand aan mij aflost, maar vervolgens de huur niet kan betalen. Dus, voordat je contact opneemt, bedenk dan: de deurwaarder is ook maar een mens. Daar kun je echt gewoon mee praten.”

“Kom met een goed verhaal”

Paul Otter is deurwaarder in Amsterdam. Ik vraag hem wat dat werk eigenlijk inhoudt: “Ik probeer mensen goed te informeren en om ze in actie te krijgen. Als we een afspraak hebben, bevestig ik die met een handdruk, om de afspraak te benadrukken. Het is belangrijk dat je toegeeft dat je een situatie hebt laten ontstaan, waardoor je nu in de schulden zit. Veel mensen zijn heel gevoelig voor alle marketing. Zij gaan snel buitenshuis naar een terrasje, doen mee met wat sociaal wenselijk is. Maar dat kan niet als je vervolgens je rekeningen niet kunt betalen.” Wat is je advies aan mensen die schulden hebben? “Doe er wat aan! Ga naar de schuldeiser en zoek hulp. Ik zie mezelf daarbij als een wegwijzer. Iedereen kan in de schulden komen, maar het gaat erom hoe je vervolgens met je situatie omgaat. Maak keuzes. Dat is soms best lastig, dat begrijp ik best. Ik heb zelf na een scheiding ook moeten schrappen in mijn uitgaven. Betaal eerst wat moet en denk na bij wat nu niet kan. Schrap wat niet nodig is. Dat doet inderdaad pijn, maar na een tijdje ebt de pijn weg.” En wat als je uiteindelijk toch je regeling niet kunt nakomen? “Dan leg je uit waarom het niet lukt. Als je een nieuwe wasmachine nodig hebt, begrijp ik best dat de aflossing even twee maanden moet wachten. Als je dan uit schaamte geen contact opneemt, wordt het alleen maar erger. Kom wel met een goed verhaal. Ben je een weekend naar Parijs geweest, dan is het kansloos natuurlijk.”

Hoe maak je een goede afspraak met de deurwaarder?

Stap 1. Bereid het gesprek met de deurwaarder voor.

Reken eerst zelf uit wat je kunt missen.

Stap 2. Zorg als je belt, voor een rustige omgeving.

Bel niet vanuit de kantine van je werk.

Stap 3. Maak een duidelijke afspraak.

Spreek af welk bedrag je betaalt en wanneer je begint.

Stap 4. Laat het weten als er een kink in de kabel komt met het betalen. Ook dan weer: bereid het voor en doe zelf een voorstel wat wel kan.



Bedenk, als je contact opneemt: een deurwaarder is ook maar een mens, daar kun je gewoon mee praten.

Deurwaarder Sylvia

Nu we toch een deurwaarder spreken, stel ik meteen maar een paar vragen:

- *Kun je beter bellen, of mailen? Het maakt niet uit, als je maar contact opneemt. Telefonisch is het wat persoonlijker, mailen is wat zakelijker.*
- *Wat als je niets kunt aflossen? Dan zou ik zeggen, ga dan naar de schuldhulp en zorg dat er een eindoplossing komt. Het enige wat je weet, is dat de ellende door blijft gaan als je niets doet.*
- *Kan de deurwaarder een schuld ook kwijtschelden? Wij zelf niet, want wij zijn geen schuldeiser. We kunnen wel bemiddelen. Soms spreken we wel af dat we na een bepaalde tijd afbetalen, een schuld voor een deel kwijtschelden. Die beslissing is aan de schuldeiser. Het is dan vaak wel belangrijk om goed uit te leggen waarom een schuldeiser akkoord moet gaan met een deel van het geld. Bijvoorbeeld: 'Na mijn scheiding ben ik mijn werk verloren'. Wees duidelijk en geef informatie over je situatie.*

"Ook al zijn het er zelfs twintig of nog meer schuldeisers, zorg dat je degenen die geld van je krijgen informeert en een reactie geeft als ze iets vragen. Het helpt je om begrip te krijgen voor je situatie, ook al kun je niet tegemoet komen aan wat er wordt gevraagd."

Deurwaarder Paul



En nu we meer weten over de deurwaarder, ook een goed moment om een aantal misverstanden uit de weg te ruimen:

- *'Zodra de deurwaarder in beeld is, legt hij beslag op je spullen.' De deurwaarder legt eigenlijk bijna nooit meer beslag op je spullen.*
- *'De deurwaarder is duur.' De deurwaarder vraagt wettelijk vastgestelde vergoedingen voor zijn werk. Hoe eerder je een regeling treft, hoe minder kosten de deurwaarder hoeft te maken.*
- *'De deurwaarder heeft geen interesse in je persoonlijke situatie, hij wil alleen maar geld.' De deurwaarder werkt in opdracht van de schuldeiser. Hij kan advies geven en meedenken, maar dan is het wel belangrijk dat je uitleg geeft over je situatie.*
- *'De deurwaarder zet mensen op straat, zodra het kan.' Een huisontruiming wil een deurwaarder graag voorkomen. Hij wil helpen met een goede oplossing.*
- *'Deurwaarders zijn altijd oude grijze mannen.' Dat is allang niet meer zo, kijk maar naar Paul en Sylvia.*



5. Schakel de juiste hulp in

Als schuldencoach zeg ik natuurlijk: zoek hulp. Weet je dat meer dan 600.000 mensen in Nederland financiële problemen hebben? Daarvan zoekt maar een klein deel hulp. En vaak eigenlijk te laat, namelijk als het water allang tot aan de lippen staat. Ik hoop zo dat jij met het lezen van dit boek wel op tijd aan de bel trekt. Want er is echt heel veel hulp. Ook al hoor je misschien soms nare verhalen en slechte ervaringen. Elke gemeente heeft professionele schuldhulpverleners. Zij kunnen soms in een paar gesprekken al helpen, zodat je weer zelf verder kunt. Wanneer er meer aan de hand is, kijken ze naar een duurzame oplossing die bij jou past.

Even wat cijfers op een rijtje

- Aantal aanmeldingen voor schuldhulpverlening in 2021: 78.000
- Gemiddelde schuld: 37.000 euro
- Gemiddelde schuld van een ondernemer: 112.000 euro
- Gemiddeld aantal schuldeisers: 13
- Wachtijd tot de eerste afspraak: 11 dagen

(bron: NVVK jaarverslag 2021)

Welke hulp is er?

Afhankelijk van je situatie, kun je hulp inschakelen die bij jou past. Als je nu denkt: "Ach, bij mij valt het nog wel mee", weet dan dat het juist nu belangrijk is om aan de slag te gaan. Want schulden gaan 'vanzelf' groeien. Hoe eerder je hulp inschakelt, hoe eerder je van je problemen af bent.

Wat kost het?

Alle hulp die de gemeente biedt, is gratis. Denk aan hulp bij je administratie, budgetbeheer, budgetcoaching en schuldhulpverlening.

Hulp bij je financiële administratie

Als je het overzicht van je financiën kwijt bent en het komt er niet van om daar nu eens goed overzicht in aan te brengen, dan zijn er medewerkers die je graag helpen bij je administratie.

Of je het nu gek vindt klinken of niet, zij doen dat graag! Kijk op de website van je gemeente waar je bij jou in de buurt terecht kunt voor een kop koffie en het ordenen van je administratie. Ze helpen met het maken van een overzicht van je inkomsten en uitgaven, het op een rijtje van je schulden en ze kunnen doorverwijzen als je dat wilt.

Budgetbeheer

Als je niet meer zelf je vaste lasten kunt of wilt betalen, dan kun je hulp inschakelen om je inkomen een tijdje te laten beheren. In de gemeente werken professionele budgetbeheerders. Soms kan

het veel rust geven als je jezelf een poosje niet meer druk hoeft te maken over je inkomsten en uitgaven. In overleg met je contactpersoon kun je jouw inkomens altijd weer zelf gaan beheren.

Als je kiest voor budgetbeheer, dan opent jouw schuldhulpverlener een aparte interne rekening waar jouw inkomen voortaan op gestort wordt. Je vaste lasten worden dan betaald. Je kan afspreken dat je maandelijks een overzicht ontvangt van jouw inkomsten en uitgaven, zodat je weet hoe je ervoor staat. Lees dat goed door, want ook als je niet zelf je rekeningen betaalt, blijft het wel jouw geld en is het belangrijk om te weten wat daarmee gebeurt. De duur van het budgetbeheer is afhankelijk van jouw financiële situatie en jouw behoeften. Dit stem je af met jouw contactpersoon.

Bewindvoering

Als budgetbeheer geen oplossing biedt voor jouw (financiële) situatie door bijvoorbeeld schulden, door ziekte, door ouderdom of andere redenen, dan kun je bewindvoering aanvragen. Dat doe je bij de rechtbank. De gemeente kan je hierbij helpen. Je zoekt dan eerst een bewindvoerder en daar maak je kennis mee. Als dat iemand is die je vertrouwen geeft en met wie je goed kunt samenwerken, dan geef je dat aan in je verzoek tot onderbewindstelling aan de rechtbank. De rechter zal dan oordelen over je verzoek en stelt een bewindvoerder aan.

Ook al doe je zelf een verzoek, als je eenmaal onder bewind staat, kun je er niet meer zomaar mee stoppen. Het is een verregaande

maatregel, bedoeld voor mensen die langdurig niet in staat zijn om zelf hun financiën te regelen.

Een bewindvoerder regelt al je financiën. Net als bij budgetbeheer opent de bewindvoerder een aparte rekening waar je inkomen naartoe gaat. Je krijgt dan leefgeld op je eigen rekening. Met je bewindvoerder spreek je jouw budget door. Dus welk bedrag waarvoor wordt gebruikt, of er geld overblijft om te sparen en wat je daar dan mee doet. Belangrijk verschil is dat een bewindvoerder echt al je financiële zaken regelt, ook het aanvragen van toeslagen en het indienen van aangifte bij de Belastingdienst. Je kunt pas weer stoppen met het bewind, als de rechter het bewind opheft. Budgetbeheer kun je eenvoudiger regelen bij de gemeente en ook weer eenvoudiger opzeggen als het niet meer nodig is.

Schuldhelpverlening

Bij de gemeente kun je terecht voor schuldhelpverlening. Onder schuldhelpverlening wordt niet alleen een schuldregeling verstaan maar ook advies, ondersteuning en/of begeleiding. Je kijkt samen wat voor hulp er ingezet kan worden, dit is afhankelijk van jouw situatie maar ook jouw behoeften.

Heb je nog niet al te veel achterstanden, dan kan je contactpersoon je helpen met het afspreken van betalingsregelingen. Meestal zijn de schulden al hoog opgelopen en zijn er veel schuldeisers. In dat geval gaat je contactpersoon eerst zorgen voor een 'pauze'. In die tijd brengt je contactpersoon alle schulden in kaart. Jouw contactpersoon zal dan proberen jouw schulden af

te kopen met een betalingsvoorstel. Ook zal hij of zij een budgetoverzicht met je maken, waarop je inkomsten en uitgaven staan.

Ik merk dat er soms misverstanden zijn over de hulp die de gemeente biedt. Er is vaak meer mogelijk dan je denkt en de regels zijn lang niet altijd zo zwart-wit als mensen soms denken.

Tien misverstanden over schuldhelpverlening

1. *Iemand anders gaat voortaan je geld beheren*
2. *Je moet altijd je auto verkopen*
3. *Je mag niet ingeschreven staan bij de Kamer van Koophandel*
4. *Je moet altijd drie jaar de sanering in*
5. *Je staat op een zwarte lijst bij BKR*
6. *Je krijgt daarna geen lening meer*
7. *Je mag niet meer zelf beslissen over je uitgaven*
8. *Je krijgt alleen hulp als je een laag inkomen hebt*
9. *De gemeente helpt alleen als je schulden heel hoog zijn*
10. *Je moet leven van vijftig euro per week*



6. Neem zelf de regie over je leven

Dat is makkelijker gezegd dan gedaan. Zelf de regie nemen over je leven. Ook als je geen geldzorgen hebt, is het makkelijk je mee te laten nemen in de waan van de dag. In de valkuil te stappen van uitstelgedrag, om eerst de mail te lezen, boodschappen te doen en de was op te vouwen terwijl je eigenlijk een boekje moet schrijven, bijvoorbeeld... We kennen het allemaal. Als je dan ook nog eens zorgen hebt, omdat je geldzaken niet op orde zijn, geeft dat extra spanning. Natuurlijk is het geen prettig vooruitzicht om met zoiets negatiefs aan de slag te gaan. Hoe zorg je er juist dan voor dat je toch actie gaat ondernemen? Door bijvoorbeeld na te denken over de lange termijn, zoals je dat aan het begin van het boek al hebt gedaan. Uiteindelijk is deze situatie niet wat je wilt. Je hebt ongetwijfeld een groot verlangen naar een leven zonder zorgen om geld. Waarin je niet elk dubbeltje hoeft om te draaien om rond te komen. Een leven waarin je niet bang bent voor post van schuldeisers die je niet kunt betalen. Waarin je ook eens geld hebt om iets leuks te doen. Dat je jouw humeur niet laat bepalen door het (negatieve) saldo op je bankrekening.

Als je dat allemaal achter je kunt laten, hoe heerlijk voelt dat? Vrij als een vogel. Dat is ongetwijfeld een heerlijk vooruitzicht. Je weet ook, dat je dat niet bereikt als je geen stappen gaat zetten.

Iemands verhaal zegt veel over zijn instelling

Als ik op huisbezoek ga bij iemand die ik niet ken, vind ik een eerste gesprek vaak veelzeggend voor het vervolg. Gemakshalve

deel ik mijn cliënten na afloop in twee groepen. Vooral de vraag: "Hoe ben je in de problemen gekomen?". Deze vraag geeft vaak in het antwoord duidelijk aan in hoeverre mensen zelf verantwoordelijkheid nemen voor hun situatie. Je kunt nog zoveel pech hebben gehad en tegenslag, de manier waarop je erover praat en hoe je ermee omgaat, geeft mij veel informatie. Als Rachid aangeeft dat hij eigenlijk een te kort lontje had, waardoor hij door zijn werkgever is ontslagen, zie ik dat als een positief signaal voor een goede samenwerking. Als ik bij Wouter kom die onderuitgezaakt afgeeft op alles en iedereen die hem in de steek heeft gelaten, denk ik: "hier hebben we nog een lange weg te gaan."

Maak wat van je dag

Wat er ook is gebeurd, wat je verhaal ook is, het is je eigen verantwoordelijkheid om op een bepaald moment te zeggen: "Ik zet een streep onder wat er is gebeurd. Vanaf nu is het aan mij om te zorgen dat de toekomst er weer rooskleurig uit gaat zien." Het helpt je niet alleen in een prettiger samenwerking met de wereld om je heen. Het helpt je echt om het leven weer wat zonniger te bekijken. Vrolijke mensen trekken ook weer andere positieve mensen aan. Hierdoor voel je je steeds beter. Kortom, zet een streep onder je verleden, neem je verantwoordelijkheid en maak wat van je dag.

Een schuldhulpverlener is ook maar een mens

Als je in de schuldhulpverlening werkt, ben je er voor iedereen met schulden. Ik mag het misschien niet zeggen, maar ik denk dat veel schuldhulpverleners toch echt liever samenwerken met

mensen die zelf ook de handen uit de mouwen proberen te steken. Geen probleem als het dan niet lukt, maar ook een hulpverlener heeft ergens een beetje motivatie nodig van de cliënt zelf. Als je eenmaal hebt besloten dat je hulp nodig hebt, zorg er dan ook voor dat je actief meewerkt om tot een oplossing te komen. Het is te makkelijk om een schoenendoos vol administratie op tafel te zetten, in de verwachting dat over twee maanden al je schulden zijn geregeld en al je zorgen zijn opgelost. Kijk dus wat je zelf kunt doen om bij te dragen aan een spoedige oplossing. Neem af en toe zelf contact op, informeer hoe het ermee staat en vraag ook vooral om uitleg, als je iets niet weet of begrijpt. Dat is niet stom, dat is verstandig. Het gaat om jou en het is belangrijk om te weten wat iemand voor je aan het doen is. Zorg dat je weet wat er speelt en houd op die manier ook een beetje een vinger aan de pols.



Goeie tip!
Eris

Vroeg-er-op-af

Soms heb je even een zetje nodig om weer de regie te kunnen nemen. In Amstelveen is er daarom het Vroeg-er-op-af team. Luuk is vroegsignaleerder en ik ben benieuwd wat hij doet?

Luuk, wat houd je werk precies in?

Met Vroeg-er-op-af krijgen we een melding binnen van bijvoorbeeld een zorgverzekering, of een verhuurder, dat er een achterstand is. We nemen dan contact op met iemand en gaan soms ook langs.

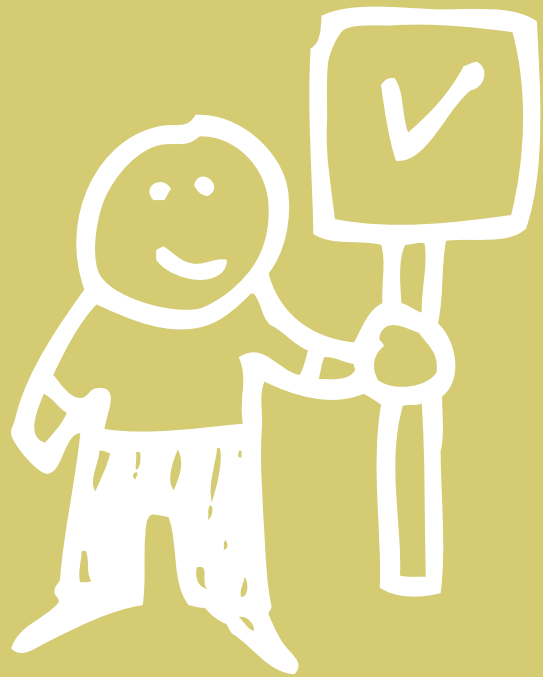
En hoe ziet dat contact er dan uit?

Het contact is heel wisselend, sommige mensen zijn hier heel blij mee en sommige minder, bijna iedereen is er wel door verrast. Wanneer mensen het gesprek aan willen gaan blijkt vaak dat zij meer moeite met de situatie hebben dan zij eerst laten blijken. Wat me opvalt, is dat het eigenlijk niet uitmaakt hoe laag of hoog de achterstand is. Het gaat om het hele plaatje. Vaak is het eerst een kwestie van toegeven dat je in een situatie zit, waarin je het overzicht kwijt bent. Ik merk vaak dat mensen op dat moment vaak geen perspectief meer zien.

Hoe kun je dan helpen?

Een goed voorbeeld is het verhaal van Marja (niet haar echte naam). Ze had een betaalafpraak van 50 euro bij de zorgverzekering, maar dat was teveel voor haar. Toen ik haar sprak, bleek dat haar hele omgeving nog dacht dat ze een

goede baan had als onderwijzeres, maar ze had al maanden een uitkering. Ze had de zorgverzekeraar gebeld om te vragen of de betaling van 50 euro naar beneden kon, maar de zorgverzekering luisterde niet naar haar. Ze voelde zich daardoor gekrenkt. En ze liep steeds weer tegen problemen aan. Haar kat werd ziek en door de kosten van de dierenarts kon ze de huur niet betalen. Ze zat al twaalf maanden in die vervelende situatie. De eerste 20 minuten dat ik haar sprak was ze alleen maar boos. Ik gaf haar terug dat ik woede zag, en teleurstelling. Toen werd ze heel erg verdrietig. En aan het einde was het: "Wat kunnen we doen?" Zo zie ik dat mensen het zichzelf zo aanrekenen, dat doet ook wel wat met mij. De oplossing ligt namelijk vaak voor de hand, maar die zie je op dat moment zelf niet. Ik heb geholpen met nieuwe betaalafspraken. Marja betaalde 50 euro aan drie achterstanden, dat werd 20 euro per schuld. We hebben een nieuw budget gemaakt waarbij ze nu ook iedere maand 50 euro aan de kant zet.



7. Kom in actie

Eigenlijk het enige echt belangrijke hoofdstuk in dit boek... Of je er nu doorheen bladert of alles al gelezen hebt, het allerbelangrijkste is om te zorgen dat je aan de slag gaat. Niet bij de pakken neer zit en denkt dat er toch geen oplossing mogelijk is. Want er zijn ieder jaar duizenden mensen die helemaal klaar zijn met het aflossen van hun schulden. Die een periode van afbetalen achter zich kunnen laten. Die een lening hebben afbetaald waarmee de schulden waren overgenomen bijvoorbeeld. Of mensen die klaar zijn met een schuldregelingstraject bij de gemeente. Ik kan je honderden verhalen vertellen van mensen die ik na drie jaar kon bellen om ze te feliciteren met het einde van hun schuldregeling.

In plaats daarvan vertel ik liever het verhaal van Gio uit Aalsmeer. Hij is 24 jaar en bezig om uit de schulden te stappen. Hoe? Dat lees je hier in het interview.

Gio, wil je je even voorstellen?

Ik ben Gio. Ik ben 24 jaar en ik werk in een café.

Hoe zijn je schulden ontstaan?

Tijdens de coronaperiode raakte ik mijn contract kwijt. Het liep mis met mijn betalingen. Ik kreeg een jaarrekening van de energie die ik moest betalen, maar daar had ik geen geld voor. Het bedrag was te hoog. Ik kreeg bericht dat de levering werd beëindigd. Dat was het moment dat ik heb gebeld met de gemeente. Nu is Luuk bezig om de schulden die ik heb, te regelen. Er is al een afspraak met de energieleverancier voor een betalingsregeling. Ik werk inmiddels weer in een café, maar ik zoek ondertussen ook een andere baan. Liever werk ik ergens met een vast contract.

Heb je tips voor mensen die dit lezen en die ook schulden hebben?

Mijn tip is: Wees niet bang om hulp te vragen. Informeer jezelf goed, kijk wat je opties zijn. Ik wist bijvoorbeeld niet dat er hulp was. Met corona en al die aanmaningen raakte ik het overzicht kwijt, het was super deprimerend. Ik lette ook niet meer goed op.

Nu zeg ik: Verlies het overzicht niet uit het oog. Ik heb eerst zelf geprobeerd betalingsregelingen te treffen, maar ik merkte dat het niet ging lukken. Mijn energieleverancier wilde geen betalingsregeling, toen zat ik er wel een beetje doorheen. Er is nu een strak plan, als het zo doorgaat, ben ik over 5 maanden van mijn schulden af.

Dat klinkt goed. Heb je mensen om je verteld van je situatie?

Ja, ik heb mijn schulden nooit verborgen gehouden voor anderen. Ik ben niet zo gesloten, mijn vriendin en mijn vrienden heb ik laten

weten dat ik niet zoveel geld heb. Ik kreeg tips en hulp. Aardig natuurlijk, maar je wilt niet afhankelijk worden van anderen. Ik zou zeggen, bespreek het met je omgeving. Als je het alleen voor jezelf houdt, levert het alleen maar meer stress op.

En nu dus over een paar maanden schuldevrij, hoe lang heeft dat geduurd?

In mijn geval niet zo heel lang, nog geen jaar. Ik had eerst hulp nodig om alles op te schrijven, om een overzicht te maken. Toen ik wist wat ik kon aflossen, had ik niet veel gesprekken meer nodig. Nu loopt het goed. Ik weet wat ik aan geld heb iedere maand en wat er naar de schuldeisers gaat.

Heb je ook nog een tip voor de gemeente, voor degene die je daar heeft geholpen?

Nee, eigenlijk niet. Ik had eigenlijk wel een hele mooie ervaring, al klinkt dat misschien raar. Ik had een fijne hulpverlener, het gaf me geen ongemakkelijk gevoel.

Wat heb je geleerd van deze periode?

Eigenlijk vooral: verlies je zicht niet. Ga zitten voor je administratie, zorg voor structuur, kijk naar je opties en maak een plan.

Wat zijn je maandelijkse lasten, wat wil je doen, wat wil je sparen?

Wat is er mogelijk met het geld dat je verdient?

En nu zelf aan de slag!

Beter dan Gio kan ik het niet verwoorden. Ik hoop dat je met het lezen van dit boek een beeld hebt gekregen van de stappen die je zelf kunt zetten om uit de schulden te komen. Misschien voor jezelf, of voor iemand anders. Je kunt direct aan de slag met een online programma dat je stap-voor-stap helpt om je schulden op te lossen. Je gegevens worden niet doorgegeven aan de gemeente. Je kunt dus gewoon zelf aan de slag. Meld je aan en je ontvangt iedere week een stap met een video en een werkboek. Kijk op www.onlineschuldencoach.nl en begin vandaag!

Ik ben benieuwd naar jouw verhaal.

Je kunt me altijd mailen op info@deonlineschuldencoach.nl

Ik wens je het allerbeste. Op naar een toekomst zonder schulden.



Liselotte Maas

De Online Schuldencoach



Informatie

SchuldHulpMaatje

Samen lukt 't, dat is waarin SchuldHulpMaatje gelooft. Zeker als je in de schulden zit, heb je iemand nodig die in je gelooft en je helpt. Zonder te oordelen. maar gewoon met je aan de slag gaat.

www.schuldhulpmaatje.nl

Humanitas Thuisadministratie

Humanitas Thuisadministratie helpt je je geldzaken en administratie op orde te brengen en te houden. Blijf niet rondtobben, als je het overzicht bent kwijtgeraakt.

www.humanitas.nl

Nibud

Veel mensen hebben moeite met rondkomen. Hoe krijg je meer grip? Nibud helpt met tips en tools voor je administratie, begroten, belasting en meer.

www.nibud.nl

Schuldhulpverlening

Voor advies en hulp bij schulden kun je terecht bij de schuldhulpverlening. Je kunt hiervoor contact opnemen met je gemeente. Kijk op de website voor meer informatie.

De online schuldencoach

De online schuldencoach helpt je op weg om uit de schulden te komen. Je kunt je aanmelden voor een nieuwsbrief en je ontvangt dan wekelijks een nieuwe stap met praktische tips en een hart onder de riem. Om zelf mee aan de slag te gaan.

www.onlineschuldencoach.nl

Telefonische hulp op 0800 - 8115

Heb je geldzorgen? Bel gratis naar het telefoonnummer 0800 - 8115. Wij luisteren naar jouw verhaal en denken met je mee. Wij kunnen je ook in contact brengen met hulp in de buurt. Bel of begin een chat.

www.0800-8115.nl

