



HANDREIKING: WAT WERKT BIJ EEN BUDGETCURSUS?

*Praktische handvatten voor het geven van een
budgetcursus*

HANDREIKING

WAT WERKT BIJ EEN BUDGETCURSUS?

Praktische handvatten voor het geven van een budgetcursus

Oktober 2019

Tamara Madern
Barbera van der Meulen
Eline Maussen
Ernst-Jan de Bruijn

Dit onderzoek is uitgevoerd door het lectoraat Schulden en Incasso van Hogeschool Utrecht en leerstoelgroep Urban Economics van de Wageningen Universiteit, in samenwerking met de organisaties: Avres, Buurtteams Utrecht, Sociale Dienst Drechtsteden, Werk en Inkomen Lekstroom en de gemeente Zwolle.

Dit onderzoek is gesubsidieerd door ZonMw.

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	3
Inleiding	5
Aanleiding	5
Leeswijzer	5
1 Budgetcursus: de opzet	8
1.1 Traditionele budgetcursus	8
1.2 Opzet aangepaste cursus	9
2 De budgetcursus: de theorie	11
2.1 Traditionele cursus	11
2.2 Aangepaste cursus	12
3 Opzet van het onderzoek	16
3.1 Beperkingen van het onderzoek	17
4 Is de budgetcursus effectief?	18
4.1 Wat zeggen de cursisten?	18
5 Wat zijn de geleerde lessen?	21
5.1 Leren door te ervaren en te delen	21
5.2 Groepsproces is belangrijk	21
5.3 Zelfvertrouwen	23
5.4 Regie over de cursus wordt als prettig ervaren	24
5.5 Verplicht of vrijwillige deelname	25
5.6 Locatie en tijden	25
5.7 Wat wordt er van een trainer verwacht	26
Bijlage 1 Literatuurlijst	28

“Ik kreeg te horen ‘er was veel interactie, het ging niet alleen van jullie uit.’ Nou ik denk wów dit zijn de woorden die we willen horen, hier gaat het om!”

Inleiding

In samenwerking met Avres, Werk en Inkomen Lekstroom, de gemeente Zwolle, de Sociale Dienst Drechtsteden en Buurtteams Utrecht hebben het lectoraat Schulden en Incasso van de Hogeschool Utrecht en leerstoelgroep Urban Economics van de Wageningen Universiteit de effectiviteit van twee typen budgetcursussen onderzocht. In deze handreiking delen we de belangrijkste inzichten uit dit onderzoek. Ook besteden we aandacht aan de ervaringen van de trainers van de cursussen.

Deze handreiking is onderdeel van het project: 'Op weg naar een effectieve budgetcursus', gefinancierd door ZonMw. Meer weten over het onderzoek en de resultaten? Lee dan ook het onderzoeksrapport: ['Effectiviteit van de budgetcursus'](#).

Aanleiding

In Nederland is steeds meer aandacht voor het versterken van de financiële competenties van burgers. Dat is ook nodig gezien de grote groepen Nederlanders die te kampen hebben met financiële problemen. Bijna 1 op 5 Nederlandse huishoudens heeft problematische schulden of loopt het risico daarop (Westhof, De Ruig & Kerckhaert, 2015). 38 procent van de Nederlandse huishoudens geeft aan dat ze moeite hebben met rondkomen (Van der Schors, Crijnen & Schonewille, 2019). Voor al deze groepen is het van groot belang dat ze goed met hun geld kunnen omgaan. Om hen daarbij te ondersteunen, bieden wijkteams, vrijwilligers, gemeenten en andere partijen ondersteuning aan in de vorm van budgetcursussen of (pensioen)voorlichting. Dat ondersteuning noodzakelijk is staat vast. De vraag is echter: welke vorm van ondersteuning is effectief?

In de afgelopen jaren hebben diverse onderzoekers geconcludeerd dat interventies gericht op het bevorderen van gezond(er) financieel gedrag weinig opleveren. De gangbare hypothese luidt dat mensen in de problemen komen door een tekort aan financiële kennis en vaardigheden. Financiële educatie zou dan de sleutel tot de oplossing zijn. Maar op grond van zowel internationaal als nationaal onderzoek zijn er bij met name het laatste deel van deze hypothese serieuze vraagtekens te plaatsen. In 2014 werden twee meta-analyses gepubliceerd over de effecten van interventies om gezond financieel gedrag te stimuleren (Fernandes, Lynch & Netemeyer, 2014; Miller, Reichelstein, Salas & Zia, 2014). De opzet van de twee studies verschilt, maar de conclusies liggen in elkaars verlengde: de inzet van interventies zoals budgetcursussen, pensioenvoorlichting of financiële educatie leidt nauwelijks tot ander –en dus beter– financieel gedrag. Eerder kwamen ook Willis (2008; 2011) en Mandell (2012) op basis van literatuurstudies tot vergelijkbare conclusies. De onderzoekers plaatsen onder meer grote kanttekeningen bij de rol van kennis in ons financiële gedrag. Een toename van kennis is maar een heel beperkte voorspeller voor de gewenste gedragsverandering (o.a. Madern & Van der Schors, 2012; Lown, 2011; Tiemeijer, Thomas & Prast, 2009; Thaler & Sunstein, 2009; Shah & Gardner, 2008). De twee metastudies analyseerden 290 evaluaties van interventies en vonden dat slechts enkele interventies echt effect hadden. Een analyse van Nederlandse studies leverde een vergelijkbaar resultaat op (Jungmann & Madern, 2016). Met de kanttekening dat er in Nederland maar heel weinig studies naar de effectiviteit van dergelijke interventies gedaan zijn. De uitkomsten van de studies staan haaks op de verwachtingen die er in de maatschappij en bij gemeenten leven. Gemeenten in Nederland investeren veel in interventies die mensen moeten ondersteunen om uit de schulden te komen en te blijven. In het licht van het voorgaande rijst de vraag: werken de interventies die nu worden toegepast wel en is er verbetering mogelijk? Met dit onderzoek willen we bijdragen aan een antwoord op deze vraag.

De keuze voor de budgetcursus is tweeledig: de budgetcursus is een veel ingezette interventie en op basis van de huidige gedragswetenschappelijk inzichten zijn er waarschijnlijk nog veel verbeteringen mogelijk.

Leeswijzer

In hoofdstuk 1 wordt de opzet van de budgetcursussen beschreven. Hier wordt zowel de traditionele als de aangepaste budgetcursus toegelicht. In hoofdstuk 2 zijn de verschillende theorieën achter de budgetcursussen uitgewerkt. In hoofdstuk 3 staat het onderzoek centraal. Zowel de onderzoeksoopzet en als enkele beperkingen van dit onderzoek zijn beschreven. De ervaringen van cursisten staan uitgewerkt in hoofdstuk 4. Als laatste zijn de geleerde lessen samengevat in hoofdstuk 5.

Zelf een budgetcursus geven? Het Nibud heeft mede op basis van dit onderzoek de materialen voor de budgetcursus 'Omgaan met geld' aangepast. De eerste bevindingen van dit onderzoek zijn hierin opgenomen. Zo is er meer aandacht voor ervaringen delen in de nieuwe opzet. Bovendien is de opzet nu volledig modulair. Een trainer kan hierdoor zijn training geheel vrij vormgeven, maar er ook voor kiezen een vast stramien aan te houden.

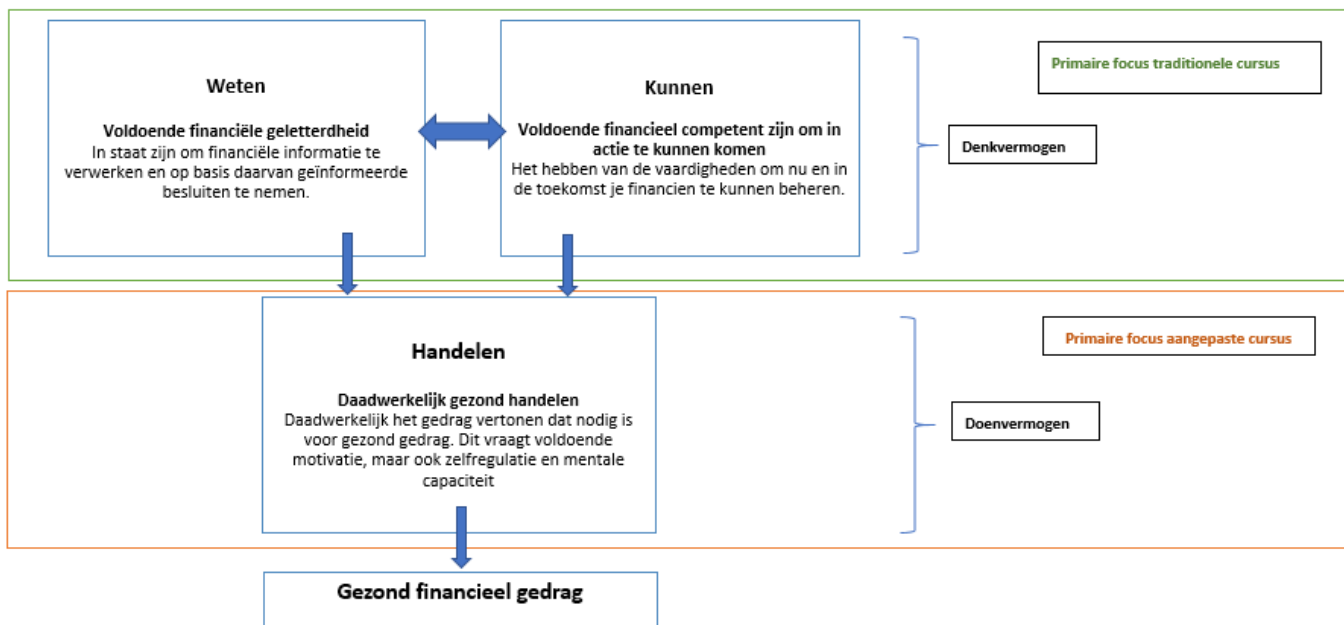
Ga naar <https://www.nibud.nl/beroepsmatig/lesmateriaal-omgaan-met-geld-geheel-vernieuwd/> voor meer informatie.

"Het is mooi dat de cursisten gemotiveerder raken omdat het echt over henzelf gaat. Dat ze zelf ook veranderingen kunnen teweegbrengen, die voor hen positief zijn."

1 Budgetcursus: de opzet

Minimaal 63 procent van de gemeenten zet de budgetcursus in als interventie om burgers financieel zelfredzamer te maken (Baan, Louwes & Oostveen, 2016). Studies naar de effectiviteit en de werkzame elementen van deze cursus ontbreken (Jungmann & Madern, 2016). Vaak zijn deze cursussen primair gericht op het aanleren van vaardigheden en overdracht van kennis. Het kan zijn dat dit voldoende is om cursisten financieel zelfredzamer te laten zijn. Cursisten gaan waarschijnlijk met meer kennis en kunde naar huis, wat kan leiden tot gezonder financieel gedrag. Op basis van de internationale literatuur is echter eerder te verwachten dat de effecten minimaal zijn. Mede daarom is er gekozen om in dit onderzoek twee verschillende budgetcursussen te onderzoeken: de traditionele cursus en een op gedragswetenschappelijke inzichten aangepaste cursus (hierna aangepaste cursus). Bij de traditionele budgetcursus ligt de nadruk meer op de overdracht van kennis en vaardigheden, bij de aangepaste cursus is er meer aandacht voor het handelen van de cursisten in het dagelijks leven. Hierbij is gekeken naar het model van financieel gezond gedrag (zie figuur 1.1). In dit hoofdstuk beschrijven we eerst de opzet van de budgetcursussen, in hoofdstuk 2 komt de achterliggende theorie naar voren.

Figuur1.1 Model totstandkoming van gezond financieel gedrag



Bron: Aangepast van Jungmann & Madern (2016). *Duurzame verbetering van gezond. Droom of werkelijkheid?* Den Haag: Wetenschappelijk Raad voor het Regeringsbeleid.

1.1 Traditionele budgetcursus

De traditionele cursus hebben we zo genoemd omdat dit de cursusvorm is die het meest wordt ingezet bij schuldhulpverleningsorganisaties. Vaak wordt hierbij gewerkt met het Nibud-materiaal 'Omgaan met geld'.¹ In de meeste gemeenten, ook de gemeenten die meededen in dit onderzoek, heeft de traditionele cursus vijf of zes lessen van ongeveer 2,5 uur per les. De les wordt in principe iedere week op een vast moment gegeven. De cursus heeft als doel om financieel gezond gedrag te bevorderen. De cursus kent een vast stramien: er staat van tevoren vast welke onderwerpen wanneer aan de orde komen. Er is een standaardwerkboek dat de cursisten ontvangen en de trainer heeft een docentenhandleiding wat kan dienen als draaiboek.

Iedere module kent een redelijk vaste opzet en bevat casussen waarover vragen beantwoord dienen te worden. Alleen als de cursist vragen heeft over een specifiek onderwerp kan het zijn dat de trainer daar een volgende les, naast de gebruikelijke opzet, ook aandacht aan besteedt.

¹ Naar aanleiding van het traject rondom dit onderzoek heeft het Nibud gekozen om haar cursus zo vorm te geven dat er nog steeds gekozen kan worden voor een meer traditionele opzet, maar het Nibud maakt het nu ook mogelijk om meer modulair te werken. De traditionele cursus die hier wordt beschreven betreft de opzet die het Nibud tot en met 2018 hanteerde.

Tabel 1.1 Indeling bijeenkomsten traditionele budgetcursus

Bijeenkomst	Inhoud
Bijeenkomst 1	Een goed begin is het halve werk Inkomsten en uitgaven Kasboek
Bijeenkomst 2	Administratie op orde Uitkomen met je inkomen
Bijeenkomst 3	Uitkomen met je inkomen Haal je voordeel!
Bijeenkomst 4	Schulden oplossen Slimme bespaartips
Bijeenkomst 5	Omgaan met aanbiedingen Verleidingen de baas Keuzemodule
Bijeenkomst 6	Verzekeren, sparen, lenen Keuzemodule Volhouden! Plan van aanpak

Uiteraard zijn er ook verschillen tussen de traditionele budgetcursussen. Lang niet iedere organisatie gebruikt een werkboek van het Nibud. Ook bij dit onderzoek bleek dat een van de twee organisaties die de traditionele cursus gaf, niet met het werkboek werkte. De docent van deze budgetcursus heeft eigen materiaal ontwikkeld. Wel kent ook deze cursus een vaste opzet en is deze afgeleid van de Nibud-cursus.

1.2 Opzet aangepaste cursus

De aangepaste cursus bestond uit vijf lessen van ongeveer 2,5 uur. De vermindering van het aantal lessen was met name praktisch en kwam voort uit de wens van de betrokken organisaties. Een van de aannames was daarbij dat vijf lessen overzichtelijker is voor de deelnemer en dus aantrekkelijker om deel te nemen. De aangepaste cursus kent geen vaste opzet of werkboek. Alleen les 1 heeft een vast stramien. De invulling van de andere lessen hangt af van de wensen van de cursisten en de vragen die zij hebben. De trainer past het materiaal aan op de vragen van de cursisten en maakt zoveel mogelijk gebruik van de eigen situatie van de deelnemer en dus minder of niet van casussen.

De eerste les kent dus een vaste opzet. Cursisten worden uitgenodigd om na te denken waar zij de meeste 'problemen' ervaren. Kennis en vaardighedenoverdracht staat hierdoor veel minder centraal. In les 1 wordt de basis voor de cursus gelegd. Les 1 kent de volgende onderdelen:

- Voorstellen trainer en korte introductie van de cursus
- Willen, kunnen of lukken
 - Soms zijn er dingen die je niet wil
Het gaat hier dus om een gebrek aan motivatie. Hierbij wordt uitgelegd dat dit ook kan komen omdat je andere zaken voorrang geeft. Als uitleg worden ook de fases van gedragsverandering toegelicht (Prochaska, Nocross & DiClemente, 2007).
 - Soms zijn er dingen die je niet kan
Het gaat hierbij om een gebrek aan kennis en/of vaardigheden
 - Soms zijn er dingen die niet lukken
Hierbij gaat het om een gebrek aan zelfregulatie. Uitgelegd wordt dat je soms dingen echt voorneemt, maar dat het in de praktijk steeds weer misgaat.
- Uitleg van de thema's die binnen de cursus aan de orde kunnen komen:
 - Inkomen
 - Administratie
 - Uitkomen met je inkomen nu
 - Uitkomen met je inkomen toekomst
- Invloed van stress, faalervaringen en geloof in eigen kunnen
- Voorstelronde cursisten
Dit wordt halverwege gedaan, zodat de cursisten meteen kunnen ingaan op de voorgenoemde onderwerpen

- Je eigen cursus maken
Cursisten bepalen hun eigen doel en gaan aan de slag met werkbladen om te bepalen welke onderwerpen zij graag willen bespreken. De trainer legt de onderwerpen verder uit
- Huiswerk: welke vuistregels heb jij?
Introductie van vuistregels
- Doel-actieplan maken (als er tijd voor is, anders wordt dit in les 2 opgepakt)

De volgende lessen worden ingevuld door de onderwerpen die de cursisten in les 1 hebben benoemd, of die tijdens latere lessen nog werden benoemd. Iedere les komen in principe de doel-actieplannen en vuistregels terug. Het huiswerk kent een vrije opzet: de cursist formuleert zelf zijn huiswerk voor de volgende keer. Hij mag een gesuggereerde opdracht kiezen, maar kan daar ook vanaf wijken. Het uitspreken heeft ook nut: door cursisten te laten benoemen welk huiswerk ze voor de volgende keer gaan doen, committeren zij zich aan de groep en is de kans groter dat zij daadwerkelijk het huiswerk gaan uitvoeren.

2 De budgetcursus: de theorie

Zoals in het vorige hoofdstuk al benoemd is grofweg het volgende onderscheid te maken: de traditionele budgetcursus is primair gericht op het aanleren van vaardigheden en kennisoverdracht en de aangepaste budgetcursus is primair gericht op handelen. In beide cursussen zitten verschillende elementen waarvan aangenomen wordt dat deze effectief kunnen zijn. In dit hoofdstuk worden de theoretische uitgangspunten beschreven.

2.1 Traditionele cursus

Binnen de traditionele cursus is er veel aandacht voor overdracht van informatie, vergroten van financiële kennis en verbetering van financiële vaardigheden. Uitgangspunt van deze cursus is dat versterking van kennis en vaardigheden leidt tot een verandering in het financiële gedrag van cursisten. In de traditionele cursus is in beperkte mate aandacht voor het versterken van de motivatie en zelfregulatie van mensen. Hier wordt met name aandacht aan besteed door het stellen van doelen in de eerste en laatste les en het opstellen van een plan van aanpak met expliciet aandacht voor het volhouden van gezond gedrag in de laatste les.

Naast de overdracht van kennis en vaardigheden zijn er drie andere onderdelen die meer op het handelen van mensen zijn gericht: doelen stellen, plan van aanpak en zelfvertrouwen vergroten.

Vaardigheden en kennis

Een voorbeeld van werken aan vaardigheden is het kasboek. Het kasboek wordt vaak in les 1 al geïntroduceerd. Vanaf die les wordt er aan de cursist gevraagd om het kasboek bij te houden. In de bijbehorende module leert de deelnemer hoe hij door een kasboek bij te houden, inzicht kan krijgen in zijn uitgaven. Met het kasboek komen bovendien gewoonten aan het licht waar ook aandacht aan kan worden besteed.

Een ander voorbeeld is de module 'Inkomsten en uitgaven'. In deze module leert de deelnemer welke soorten inkomsten er zijn en deze te onderscheiden in moeten en mogen uitgaven.

Doelen stellen

In de traditionele cursus komt doelen stellen beperkter aan de orde. In de eerste les wordt een hoofddoel voor de cursus door de cursist geformuleerd. Dit doel wordt geformuleerd als 'Ik wil het volgende met de cursus bereiken:'. De achterliggende gedachte is dat door cursisten aan het begin van de cursus een doel te laten stellen, het voor henzelf duidelijker wordt wat zij eigenlijk willen en kunnen met de cursus. Uit onderzoek is gebleken dat doelen motiverend werken doordat het bereiken van doelen laat zien dat iemand in staat is om invloed uit te oefenen op de situatie (Wesdorp, Van Hooft, Duinkerken, Van Geuns, 2010). In de cursus wordt aandacht besteed aan het goed formuleren van het doel. Het doel dient concreet, haalbaar, belangrijk voor de cursist, uitdagend en specifiek te zijn. Het idee is dat het doel dient als een overkoepelend doel en dat na iedere les een tussendoel wordt geformuleerd dat tevens dient als een deel van het huiswerk. Aan het eind van de cursus wordt er een plan van aanpak gemaakt. Ook daarbij is veel aandacht voor doelen stellen.

Plan van aanpak

Onderdeel van de traditionele cursus is dat cursisten als afsluiting een plan van aanpak maken over hoe ze na de cursus verder gaan. Hierbij is ook aandacht voor wat er al goed is gegaan en wat al behaald is. Ook wordt er gekeken naar hoe cursisten zichzelf kunnen belonen als ze een doel behalen of goed op weg zijn. Het gaat hierbij om een ingeplande beloning: 'Als ik X heb bereikt, beloon ik mezelf door Y'. Benoemd wordt ook dat het soms kan tegenzitten en dat je dan niet bij de pakken neer moet gaan zitten. Focus op wat wel lukt en eventuele doelen bijstellen worden hier als mechanismen ingezet om de cursisten ook na de cursus gemotiveerd te houden.

Zelfvertrouwen vergroten

In de Nibud-cursus is aandacht voor het vergroten van het zelfvertrouwen. De aanname is dat veel cursisten bij de start een laag zelfvertrouwen hebben op financieel gebied. Dat kan hen ervan weerhouden om actie te ondernemen, omdat ze denken zelf geen invloed op de situatie te kunnen uitoefenen. In de traditionele cursus wordt op twee manieren gewerkt aan het versterken van het zelfvertrouwen. Als eerste door het aanleren van vaardigheden en als tweede door tijdens de cursus te laten benoemen op welke punten ze vooruitgang hebben geboekt.

2.2 Aangepaste cursus

De afgelopen jaren is er binnen het werkveld van armoede en schulden steeds meer aandacht gekomen voor de effectiviteit van interventies. Hoewel is gebleken dat het effect van veel interventies op het gebied van financiële educatie gering is blijkt uit deze analyses ook dat er wel enkele interventies zijn die wel effect sorteren en dat er hoop is dat de effectiviteit verbeterd kan worden als meer gebruik wordt gemaakt van wetenschappelijke inzichten (Jungmann & Madern, 2016). Bij de ontwikkeling van de aangepaste cursus is gekeken welke inzichten van meerwaarde kunnen zijn voor een budgetcursus.

De aangepaste cursus is met name gericht op het handelen. De aangepaste cursus kent geen vaste opzet, alleen les 1 heeft een vast stramien. Het idee hierachter is dat de deelnemer vooral zelf stuurt, onderwerpen meer aansluiten bij de vragen en leefwereld van de deelnemer en de deelnemer direct tijdens de cursus zijn eigen situatie kan aanpakken. Er wordt dus zo dicht mogelijk aangesloten bij de eigen motivatie en er wordt maximaal ingezet om de autonomie van de cursist bewaken.

Ook in deze cursus staat doelen stellen centraal. Echter in tegenstelling tot de traditionele cursus staat hier de vraag centraal: wat wil je straks aanpassen in je leven? Ook wordt er gebruik gemaakt van doel-actieplannen. Dit zijn hele kleine concrete doelen die in stappen worden uitgewerkt. Centraal staat daarbij wat moet je doen, wanneer kun je dat doen en wat is je eigen deadline. Aandacht voor het handelen en eventuele belemmeringen daarbij staan voorop.

Motiveren

Aan het eind van de cursus moeten cursisten zelf aan de slag blijven. Belangrijk onderdeel van de aangepaste cursus is daarom motiveren. De zelfdeterminatietheorie biedt inzicht in de onderliggende mechanismen van motivatie (Ryan & Deci, 2017). Deze motivatietheorie gaat ervan uit dat mensen van nature proactief hun leven willen vormgeven. Ryan en Deci (2017) stellen dat er drie aangeboren psychologische basisbehoeften zijn: autonomie, betrokkenheid en competentie. Inmiddels is met vele empirische studies aangetoond dat als deze behoeften bevredigd worden mensen beter functioneren, welzijn ervaren, gelukkiger zijn en zich ontwikkelen.

Bij autonomie gaat het om de vrijheid die mensen ervaren om hun eigen keuzes te maken. Ieder mens heeft hier behoefte aan, we willen niet onder druk staan en zelf kiezen. Hulpverlening kan soms directief zijn ingesteld. De professional kent de mogelijkheden en, vanuit al zijn goede bedoelingen, adviseert de klant om een bepaalde richting op te gaan. Dit kan weerstand gaan opleveren. Niet zozeer tegen het idee zelf, maar wel tegen de druk die ervaren wordt. Het geven van keuzemogelijkheden en het laten meebeslissen vergroot het gevoel van autonomie en beperkt de weerstand. Betrokkenheid gaat erover dat mensen sociale wezens zijn. We zijn gericht op anderen mensen en zoeken naar positief contact. We willen verbonden zijn, erbij horen en gerespecteerd worden.

De laatste basisbehoefte is competentie: mensen willen zich bekwaam voelen en het gevoel hebben dat ze in staat zijn om te doen wat er gevraagd wordt. Hierbij is het belangrijk dat mensen zelf geloven dat ze in staat zijn om de gevraagde acties uit te voeren ofwel een mate van self-efficacy, geloof in eigen kunnen, hebben (Bandura, 1997). Als ze het objectief kunnen, maar ze hebben zelf het gevoel dat dit niet lukt, is de kans groot dat het inderdaad niet lukt om de taak uit te voeren.

Op de volgende wijze is binnen de cursus vormgegeven aan deze psychologische basisbehoeften:

- **Autonomie**
Cursisten kiezen in les 1 de onderwerpen die zij de andere lessen willen behandelen en zijn zelfsturend wat er wanneer wordt behandeld. Ze stellen de eigen doelen vast en kiezen zelf of en welk huiswerk ze maken. De aangepaste cursus kent dus geen vaste opzet, de cursisten bepalen gezamenlijk de inhoud van de training. Ze hebben maximale vrijheid: het sluit aan bij de eigen leefwereld en het gevoel van autonomie wordt vergroot. Bovendien hebben de docenten getracht om geen directieve adviezen te geven, maar om aan te zetten tot nadenken over eigen opties en het verkennen van mogelijkheden. De behandelde opdrachten gingen over de eigen situatie van de cursist. Zij logden bijvoorbeeld in op Mijntoeslagen.nl of maakten een eigen jaarbegroting.
- **Betrokkenheid**
De budgetcursus vindt plaats in een groep. Delen van ervaringen en elkaar bevragen en tips geven zijn een belangrijk onderdeel binnen de cursus. Dat zit ook in de traditionele cursus, maar in de aangepaste cursus is nog meer ruimte gegeven om eigen ervaringen te delen. De trainers belangrijkste taak was het begeleiden van het groepsproces en niet de overdracht van eigen informatie.
- **Competentie**
Binnen de traditionele training is ook veel aandacht voor het overbrengen van kennis en vaardigheden. In de

aangepaste variant is meer aandacht besteed aan competent voelen. Er is ingezet op het verhogen van self-efficacy, geloof in eigen kunnen. Vaardigheden en kennis zijn daarbij een middel en geen doel.

Motivatie is cyclisch

Motivatie ontwikkelt zich cyclisch en varieert in de tijd, onder omstandigheden en in interactie tussen personen (Shah & Gardner, 2008). Dit betekent dus dat motivatie geen gegeven is en beïnvloedbaar is. Motivatie wordt gevormd in interactie met anderen. Veel mensen zullen wel hun schulden willen aanpakken, maar ook andere zaken willen die daar soms haaks op staan. Tijdens de cursus is er daarom expliciet aandacht voor eventuele redenen van niet willen en wordt actief verkend wat actie kan opleveren. Een veelgebruikt model is dat van Prochaska et al. (2007). Dit model geeft nadrukkelijk weer dat motivatie kan variëren en laat bovendien zien dat er een groep is die wel wil veranderen, maar ook redenen heeft om dat niet te doen. Het model wordt ook uitgelegd in de eerste les, zodat cursisten ook kunnen aangeven waar zij staan en of er zaken zijn die ze tegenhouden.

Figuur 2.2 De zes fasen van gedragsverandering



Bron: Bewerking Prochaska, Nocrass, & DiClemente (2007). *Changing for good. A revolutionary six-stage program for overcoming bad habits and moving your life positively forward*. New York: HarperCollins Publisher.

Zes fasen motivatiemodel gedragsverandering van Prochaska et al. (2007):

1. Voorstadium. In eerste instantie ervaart een persoon niet dat hij/zij een probleem heeft.
2. Overwegen. De tweede stap is dat de persoon de voor- en nadelen van zijn/haar situatie tegen elkaar afweegt en overweegt om zijn/haar gedrag te gaan veranderen.
3. Beslissen en voorbereiden. De persoon besluit zijn/haar gedrag te gaan veranderen en treft daarvoor de nodige voorbereidingen.
4. Uitvoeren. Hij/zij vertoont het nieuwe gedrag.
5. Volhouden. De persoon volhardt in het nieuwe gedrag en weerstaat moeilijkheden die hij/zij tegenkomt.
6. Terugvallen. Hij/zij valt terug in het oude gedrag en leert met vallen en opstaan.

Aanzetten tot nadenken over eigen gedrag

In de aangepaste cursus wordt zoveel mogelijk ingegaan op de eigen situatie van de cursisten. Door gebruik van technieken uit motiverende gespreksvoering, zoals open vragen en reflecties, worden de cursisten uitgenodigd te vertellen over hun leven.

Handreiking: wat werkt bij een budgetcursus?

Een belangrijk uitgangspunt van de cursus is dat iedereen gelijkwaardig is. De trainer heeft financiële kennis, maar de cursist heeft kennis over zijn eigen leven. De cursist wordt actief uitgenodigd om daarop te reflecteren en zo eigen gedragspatronen te herkennen. Veel gedrag is gewoontegedrag, door patronen te herkennen kan een eerste stap naar het doorbreken van dat gedrag worden gezet (Aarts, 2009).

Iemand vertellen wat hij of zij moet doen is vaak niet effectief. Het is effectiever als iemand zelf oordeelt over wat goed of slecht voor hem is en daarmee van zichzelf leert wat hij vindt. Door zelfbewustzijn leren mensen over zichzelf. Volgens de zelfperceptietheorie van Bem leren mensen zichzelf kennen door naar hun eigen gedrag te kijken en daaruit af te leiden hoe ze zelf zijn en wat ze vinden (Koole & Vonk, 2013). Dit doen mensen vooral als ze geen sterke gevoelens of voorkeuren voor een bepaald gedrag ervaren. Lind, Hall, Breidegard, Balkenius, & Johansson (2014) vonden in hun onderzoek dat mensen niet alleen naar hun eigen gedrag kijken, maar dat we ook naar onszelf luisteren om beter te weten wat we vinden. Zij stellen dat mensen auditieve feedback gebruiken om zelf betekenis te geven aan hun eigen woorden.

In de aangepaste cursus wordt getracht het handelen van de cursisten centraal te stellen en door open en soms sturende vragen cursisten na te laten denken over hun handelen. Door sturende vragen te stellen kun je mensen meer laten nadenken over de negatieve gevolgen van het handelen, de conflicterende waarden die zij mogelijk hebben en juist de positieve gedragingen meer centraal stellen.

Doel-actieplannen

In een doel-actieplan wordt zo concreet mogelijk beschreven welke doelen de cursist wil bereiken. Het zijn doelen die afgeleid zijn van het grotere doel dat de cursist wil behalen. In het doel-actieplan wordt vervolgens beschreven welke acties nodig zijn om die doelen te behalen. Dit gaat om kleine stappen. Het is belangrijk dat de cursist, eventueel samen met de trainer, bedenkt welke substappen er allemaal zijn. Ook dient te worden ingevuld wat of wie de cursist nodig heeft om die stap te kunnen zetten en wanneer ze het gedaan willen hebben. Het geeft de cursist concrete handvatten om aan de slag te gaan. Het plan ondersteunt het handelen. Het doel-actieplan zou op deze manier ondersteunend kunnen zijn bij het vergroten van het vertrouwen in eigen kunnen (self-efficacy).

Figuur 2.3 Doel-actieplan

DOEL & ACTIES

Datum:

Mijn doel is:

Dit gaat over het onderwerp:

Inkomen

Administratie

Uitkomen met je inkomen (nu)

Uitkomen met je inkomen (toekomst)

Acties (Acties werken het beste als je bedenkt: wat ga ik doen, waar ga ik dit doen en wanneer?)	Wat en/of wie heb je hiervoor nodig?	Wanneer wil je dit hebben gedaan?

Vuistregels

Vuistregels zijn simpele regels voor financiële beslissingen. Voorbeelden van vuistregels zijn 'ik spaar elke week 10 euro' of 'ik check elke week mijn banksaldo'. Financiële educatie gestoeld op vuistregels blijkt effectief in het vergroten van de financiële

competenties van ondernemers, traditionele educatie niet (Drexler, Fischer & Schoar, 2014). Reden is dat vuistregels eenvoudiger te onthouden/implementeren zijn. Ook Willis (2008) geeft aan dat vuistregels een positief effect zouden kunnen hebben bij financiële educatie. Zij geeft aan dat voor het gebruik van vuistregels met name goed kan aansluiten als het gewenst gedrag relatief eenvoudig is en weinig financiële kennis en vaardigheden vraagt. Een vuistregel kan volgens haar alleen helpen als consumenten het kunnen plaatsen binnen de gegeven context. Binnen de aangepast cursus is mede daarom gekozen om de cursisten hun eigen vuistregels te laten maken en deze te bespreken met de groep.

Vuistregels zorgen voor een betere bedrijfsvoering van kleine zelfstandigen

Drexler et al. (2014) onderzochten twee soorten trainingen. Het ging hier om trainingen voor kleine ondernemers en particulieren die microfinanciering ontvingen in de Dominicaanse Republiek. De eerste training was een standaard boekhoudtraining. In zes wekelijkse bijeenkomsten van ieder drie uur werden cursisten bijgespijkerd. De tweede training was een 'vuistregel-training'. In deze training leerden cursisten simpele regels voor financiële beslissingen. Deze vuistregels gingen over het betalen van een vast salaris, het onderscheid maken tussen zakelijke en persoonlijke uitgaven en het gebruiken van tools om de uitgaven op een juiste wijze te categoriseren. Deze training was -in tegenstelling tot de eerste training- een week korter, namelijk vijf weken.

In het onderzoek vonden Drexler et al. (2014) een significante vooruitgang bij de cursisten die de vuistregel-training volgden. Zo was er een verhoging van het spaargeld, hielden de cursisten vaker boekhoudoverzichten bij en hielden zij hun zakelijke en persoonlijke kosten beter uit elkaar. Drexler et al. (2014) concludeerden dat de vuistregel-training makkelijker te begrijpen was, waardoor deze effectiever was.

Een vuistregel kan de vorm van een implementatie-intentie hebben. Implementatie-intenties zijn goede voornemens geformuleerd in concrete gedragsplannen en zijn helpend bij het vergroten van zelfcontrole. Ze worden geformuleerd als 'als-dan-plannen'. Een voorbeeld is: 'op zaterdagochtend, nadat ik de hond heb uitgelaten, maak ik de post open en betaal ik de rekeningen.' Kenmerkend is dat het gewenste gedrag gekoppeld wordt aan specifieke momenten en routines.

Onderzoek laat zien dat dergelijke plannen helpend zijn bij het daadwerkelijk uitvoeren van voorgenomen acties in diverse contexten (Gollwitzer & Sheeran, 2006). In de context van de budgetcursus kunnen dergelijke plannen helpend zijn bij het aanleren van nieuwe gewoontes, zoals het wekelijks bijhouden van uitgaven. Bij de opzet van de cursus is uitgewerkt dat dit onderdeel ook iedere week terugkomt. Aan het eind van elke budgetbijeenkomst zullen cursisten aan de slag gaan met het formuleren van een implementatie-intentie. De bedoeling is dat hiermee cursisten worden uitgedaagd om de verkregen kennis en vaardigheden ook daadwerkelijk toe te passen in de praktijk.

3 Opzet van het onderzoek

Doel van het onderzoek is om te weten of de aangepaste budgetcursus effectief is en of de aangepaste cursus effectiever is dan de traditionele cursus. De centrale hoofdvraag van het onderzoek is als volgt geformuleerd:

Hoe effectief is de aangepaste budgetcursus (in vergelijking met de traditionele cursus) en welke elementen en factoren dragen hieraan bij?

Hierbij zijn de volgende deelvragen opgesteld:

1. Wat zijn de effecten van een budgetcursus in vergelijking met een controlegroep (geen cursus) en een traditionele budgetcursus op de financiële kennis en vaardigheden, de financieel-psychologische uitkomsten, het financieel gedrag, het financieel welzijn en de financiële situatie van de cursisten?
2. Wat zijn de werkzame elementen van een effectieve budgetcursus?
3. Wat zijn de relevante contextfactoren waaronder een budgetcursus effectief kan worden ingezet?

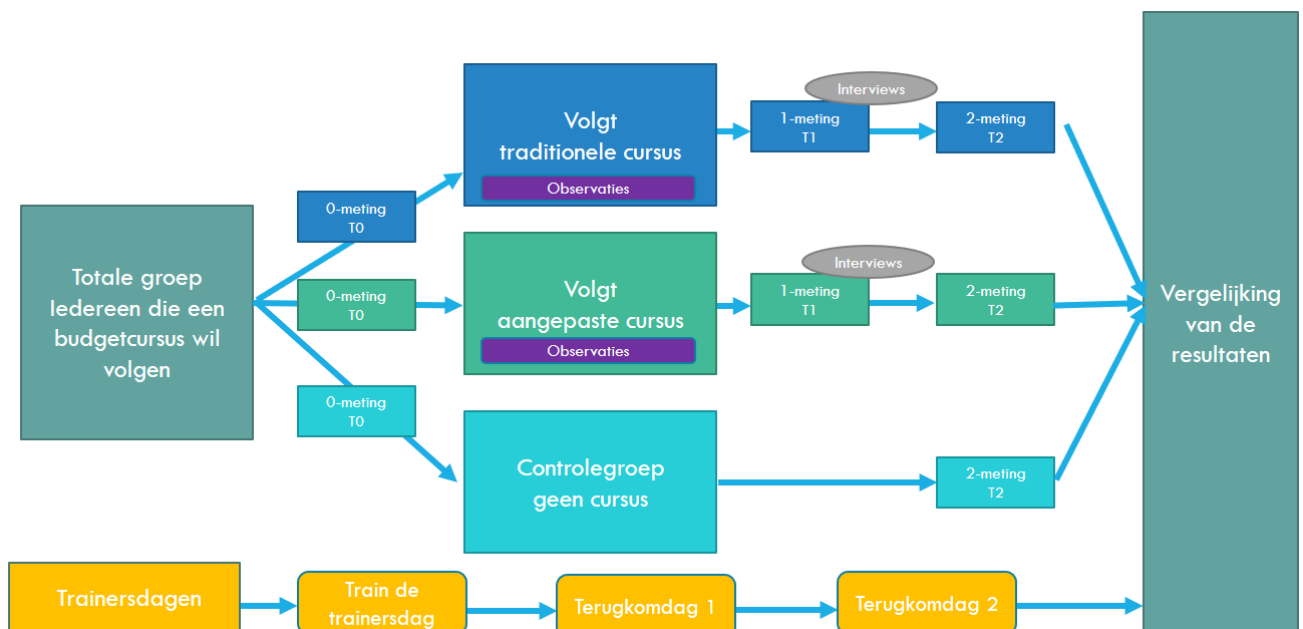
Door antwoord te geven op deze vragen kan als eerste geconcludeerd worden of het volgen van een budgetcursus een positief effect heeft op de cursist. Daarnaast wordt er inzicht verkregen in wat er dan werkt en wat bevorderende of juist belemmerende factoren zijn.

Het onderzoek was zo opgezet dat drie groepen vergeleken konden worden. Dat is zowel gedaan met vragenlijsten, interviews met deelnemers en trainers, groeps gesprekken met trainers en beleidsmedewerkers en observaties.

Figuur 3.1 geeft schematisch het onderzoeksdesign weer. De drie groepen zijn:

- I. Deelnemers die een traditionele cursus krijgen aangeboden;
- II. Deelnemers die de aangepaste cursus krijgen aangeboden;
- III. Deelnemers die gedurende de duur van het onderzoek geen cursus krijgen aangeboden (controlegroep).

Figuur 3.1 Visuele weergave onderzoeksdesign



Meer lezen over de onderzoeksmethode, de onderzoeksopzet en de resultaten? Download het onderzoeksrapport: [Effectiviteit van de budgetcursus](#).

3.1 Beperkingen van het onderzoek

Het onderzoek kent enkele beperkingen waarmee rekening moet worden gehouden bij de interpretatie en die voor mogelijk vervolgonderzoek relevant zijn. Zo zijn er enkele afwijkingen in de uitvoering van zowel de traditionele als de aangepaste cursus ten opzichte van de beoogde werkwijze. Ook waren de aantallen van zowel de cursussen als het onderzoek kleiner dan verwacht. Bij alle uitkomstmaten is gekeken naar de zelfrapportage van de deelnemers aan het onderzoek, het zijn dus geen harde feiten. Tot slot kan er sprake zijn van een selectiebias. Een uitgebreidere toelichting op de beperkingen zijn in hoofdstuk 6 van het eindrapport opgenomen.

4 Is de budgetcursus effectief?

In dit hoofdstuk staat de eerste deelvraag centraal:

“Wat zijn de effecten van een budgetcursus in vergelijking met een controlegroep (geen cursus) en een traditionele budgetcursus op de financiële kennis en vaardigheden, de financieel-psychologische uitkomsten, het financieel gedrag, het financieel welzijn en de financiële situatie van de cursisten?”

Deze vraag is onderzocht door middel van een effectmeting, waarbij is gecontroleerd voor verschillen tussen de deelnemers op basis van achtergrondkenmerken. De effecten van de budgetcursus zijn in dit onderzoek gemeten met behulp van een voor- en een nameting (0-meting en 2-meting) bij zowel de aangepaste cursusgroep als de controlegroep en traditionele cursusgroep. De uitkomsten van die metingen, en met name het verschil in score tussen de 0- en 2-meting, bepalen het effect van cursus.

Op basis van de analyses kunnen we concluderen dat de aangepaste cursus positieve effecten heeft op financiële kennis en vaardigheden en op financieel gedrag ten opzichte van de controlegroep. Dit betekent dat cursisten van de aangepaste cursus op deze twee uitkomstmaten meer vooruitgegaan zijn dan de deelnemers aan de controlegroep.

Daarnaast is onderzocht of de aangepaste cursus beter werkt dan de traditionele cursus. Hierbij is gekeken naar de vooruitgang van de deelnemers aan de aangepaste cursus ten opzichte van de traditionele cursus. Er is geen verschil vastgesteld tussen de aangepaste en de traditionele cursus. Op basis van het huidige onderzoek kunnen we dus niet vaststellen dat de aangepaste cursus effectiever is. Dit kan komen door beperkingen van het onderzoek, maar ook omdat er werkelijk geen verschil in effectiviteit is. Om dit vast te kunnen stellen is aanvullend onderzoek nodig (zie ook hoofdstuk 6 van het [eindrapport](#)).

4.1 Wat zeggen de cursisten?

Naast de vergelijking van de resultaten van de cursisten op de 0- en de 2-meting is ook aan cursisten gevraagd wat zij zelf denken geleerd te hebben door de cursus. De antwoorden van de cursisten van de aangepaste en traditionele budgetcursus zijn vergelijkbaar. Over het algemeen zijn de cursisten zeer tevreden over de gevolgde budgetcursus. Ook blijkt dat de cursisten de budgetcursus handig en leerzaam vonden en zeggen ze veel te hebben geleerd van de andere cursisten. Cursisten zijn van mening dat zij door de budgetcursus nu meer weten over hun geldzaken en dan met name:

- Hoe ze hun geldzaken moeten bijhouden en regelen
- Beter overzicht hebben over hun geldzaken
- Weten hoe ze een begroting kunnen maken
- Waar ze hulp kunnen krijgen voor hun geldzaken
- Op welke sociale regelingen zij wel recht hebben en op welke sociale regelingen zij geen recht hebben

Over het algemeen zijn cursisten dus van mening dat zij (meer) financiële vaardigheden hebben na het volgen van de budgetcursus en dat zij beter met geld om kunnen gaan. Ook kunnen zij zich er beter toe zetten om hun geldzaken bij te houden. Ze geven aan dat ze veel tips hebben gekregen om beter met geldzaken om te gaan.

De 1-meting is direct na afloop van de cursus afgenomen. De kans bestaat dat deelnemers na verloop van tijd weer terugvallen in hun oude patronen. Zes maanden na de cursus is daarom nog een laatste vragenlijst voorgelegd. Ook hierin waren enkele vragen meegenomen waarin de eigen beleving centraal stond. Aan het eind van de 2-meting is aan de cursisten de volgende vraag gesteld: ‘Wat past u nog steeds toe van wat u geleerd heeft bij de budgetcursus?’. De cursisten konden meerdere antwoorden geven (zie tabel 4.1). Bij de aangepaste cursus geeft tien procent van de cursisten aan niets meer toe te passen van de genoemde zaken. Echter 90 procent geeft wel aan nog steeds zaken toe te passen. Met name overzicht houden, ordenen van administratie, doelen stellen en plannen en een begroting maken worden door meer dan 50 procent van de cursisten genoemd. Hetzelfde geldt voor deelnemers aan de traditionele budgetcursus, daar geeft zelfs meer dan 90 procent aan nog steeds zaken toe te passen.

Tabel 4.1 Wat passen deelnemers van de aangepaste budgetcursus nog steeds toe van wat zij geleerd hebben tijdens de aangepaste budgetcursus (n = 89)

	Percentage dat nog toepast
Overzicht houden	64
Ordenen en administratie bijhouden	57
Doelen stellen	50
Plannen en begroting maken	50
Besparen uitgaven	45
Bijhouden kasboek	30
Gebruik maken van toeslagen minima of andere regelingen	28
Regelen van verzekeringen	20
Omgaan met schuldeisers en incasso	19
Anders	6
Geen van bovenstaande	10

Ervaren verschillen oude en aangepaste cursus

Op basis van de kwantitatieve vergelijkingsanalyses hebben we geen significante verschillen kunnen vinden in effectiviteit tussen de traditionele en de aangepaste cursus. Ook de verschillen in de 1-meting en de zelf gerapporteerde vooruitgang in de 2-meting zijn minimaal. Uit de kwalitatieve analyses komen wel enkele verschillen naar voren in beleving van de cursisten, die hebben we hier gerapporteerd. Deze verschillen zijn dus ervaren verschillen en zeggen niets over de uitkomstmaten.

Ervaren verschillen door cursisten

Cursisten van de aangepaste budgetcursus lijken meer vertrouwen te hebben in het kunnen behalen van de door hun gestelde doelen. Dat zit vooral ook in hoe ze het doel formuleren en klein kunnen maken. Het betekent dus niet dat ze ook grotere stappen maken. De cursisten van de aangepaste budgetcursus geven allemaal aan, op een cursist na, dat ze voldoende handvaten hebben om de gemaakte doelen in de toekomst te kunnen bereiken. Zij geven aan dat zij inzicht hebben gekregen in hun valkuilen en hun behoeften voor de toekomst. Zij zijn in staat om deze behoeften klein te maken. Zo geeft een cursist bijvoorbeeld aan dat ze wil gaan sparen voor de vakantie van volgend jaar. Bij de traditionele cursus hebben de cursisten vaak minder concrete en kleinere doelen. Zo geven cursisten uit de traditionele cursus aan 'sparen' of 'uit de schulden komen/blijven' als doel te hebben. Zij hebben minder het gevoel dat ze handvaten vanuit de budgetcursus hebben meegekregen om dit te kunnen verwezenlijken.

Bij beide cursussen werden huiswerkopdrachten meegegeven die door het overgrote deel van de cursisten werd gemaakt. Als het niet werd gemaakt dan zijn de meest gegeven redenen vanwege tijdsgebrek of onvoldoende motivatie om het huiswerk te maken. De cursisten van de aangepaste cursus zijn over het algemeen positiever over het huiswerk dan de cursisten van de oude cursus. Een mogelijke verklaring is dat het huiswerk bij de cursisten van de aangepaste cursus grotendeels aansluit bij de eigen behoefte doordat ze zelf hun eigen huiswerkopdrachten hebben geformuleerd. Opvallend is dat de helft van de cursisten van de aangepaste cursus een jaarbegroting heeft gemaakt als huiswerkopdracht. Daarnaast zaten er ook specifieke huiswerkopdrachten tussen zoals: maatje regelen voor de administratie, mappen kopen, sociale regelingen opzoeken of het nut en noodzaak van gemaakte uitgaven inzichtelijk maken. Bij de oude cursus was er zowel overeenkomst als verschil in het opgegeven en gemaakte huiswerk. Een kasboek bijhouden en jaarbegroting maken kwam veel naar voren.

Ervaren verschillen door trainers

Enkele van de trainers van de aangepaste cursus hebben voorheen de traditionele cursus gegeven. Zij konden dus een vergelijking maken tussen beide cursussen. De aangepaste budgetcursus wordt door deze trainers als een grote meerwaarde gezien.

“De meerwaarde is dat ze kunnen ontdekken, niet iedereen pakt hem, maar iedereen kan ontdekken dat ze invloed hebben wat er met ze gebeurt. Andere is dat ze niet de volle les zitten te luisteren maar zelf aan de slag gaan en dan ontdek je meer dan door wel te luisteren en te kijken. En voor persoonlijke dingen is ruimte, wat houdt ze nou echt bezig, wat maakt nou dat ze

niet in beweging zijn gekomen? Wat hebben ze nodig om wel in de actie te komen? Daar is veel meer ruimte voor in deze cursus.” (Trainer aangepaste budgetcursus)

Ook geven de trainers aan dat ze zien dat de cursisten enthousiast zijn en gemotiveerd blijven doordat ze zelf hun eigen cursus mogen samenstellen en vormgeven, daardoor wordt het een persoonlijke en eigen cursus.

“Dat je veel meer kan aansluiten bij de vragen van de cursisten, dat vind ik wel echt een meerwaarde. Voorheen draaide ik een standaardprogramma af, als ik alle onderwerpen had besproken en het was geland, mensen hadden het huiswerk etc. gemaakt. Dan dacht ik alle onderwerpen zijn aan bod gekomen, de cursus was volledig. Maar dan zijn wij heel erg in charge en regie, terwijl ik het wel heel mooi vind als de regie bij de cursisten zelf is. En veel meer kan aansluiten bij wat de cursisten zelf willen leren.” (Trainer aangepaste budgetcursus)

Daarnaast hebben ze het idee dat de aangepaste cursus bijdraagt aan een meer gelijkwaardige setting waardoor de cursisten zich serieus genomen voelen. De trainers die voor het eerst de budgetcursus hebben gegeven en dus geen vergelijking kunnen maken met de traditionele en aangepaste budgetcursus geven aan dat ze zien dat cursisten heel enthousiast zijn over de eigen regie die ze krijgen.

Nadeel van de aangepaste cursus kan zijn dat bepaalde onderwerpen, die als zeer belangrijk door de trainer worden gezien, niet aan de orde komen. De cursisten krijgen bijna nooit alle onderwerpen die als basiskennis en – vaardigheden door het Nibud zijn benoemd.

5 Wat zijn de geleerde lessen?

Uit de analyses beschreven in het vorige hoofdstuk blijkt dus dat de aangepaste cursus op twee uitkomstmaten effectiever is dan geen cursus. Er is geen verschil vastgesteld tussen de aangepaste en traditionele budgetcursus. Op basis van het huidige onderzoek kan dus niet worden geconcludeerd dat de aangepaste cursus effectiever is. In dit onderzoek is ook onderzocht wat werkzame elementen zijn en met welke factoren rekening gehouden dient te worden. Dit is onderzocht door kwalitatief onderzoek.

In dit hoofdstuk worden deze uitkomsten besproken. Ze sluiten aan bij deelvraag 2 en 3:

2. *Wat zijn de werkzame elementen van een effectieve budgetcursus?*
3. *Wat zijn de relevante contextfactoren waaronder een budgetcursus effectief kan worden ingezet?*

Uit de analyses blijkt dat de volgende punten relevant kunnen zijn:

- Leren door te ervaren
- Aandacht voor groeiend zelfvertrouwen
- Groeps grootte
- Locatie van de cursus
- Verplicht of vrijwillig

De punten worden hieronder apart besproken.

5.1 Leren door te ervaren en te delen

Op basis van de observaties in samenhang met de analyses lijkt het beeld te ontstaan dat de onderwerpen waarop de meeste vooruitgang is geboekt ook een onderwerp is die regelmatig voorkwam. Met name budgetteren kwam vaak terug. Uit de kwalitatieve interviews blijkt dat niet de informatieoverdracht maar het delen van ervaringen en zelf aan de slag zijn de cursisten heeft geholpen. De cursisten benoemen dat ze van elkaar leren doordat ze herkenning bij elkaar vinden. De meeste cursisten zitten in een soortgelijke situatie. In de cursus komen ze bij elkaar en ontdekken dat ze niet de enige zijn. Dit maakt het onderwerp makkelijker bespreekbaar en vermindert eventuele schaamte of taboes rondom hun problematiek af. Ook geven de cursisten elkaar nuttige tips en delen ze relevante informatie en ervaringen.

“Het was een hele fijne groep en ik vond het wel fijn daarin om ook voor andere mensen mee te denken over wat ze konden doen met zo’n vraag.” (Cursist aangepaste budgetcursus)

Het volgen van de cursus zette aan tot bewustwording of tot actie met betrekking tot de eigen financiën. Een verklaring hiervoor is dat de cursisten tijdens de budgetcursus actief aan de slag gaan met eigen financiën. Dit gebeurt door met elkaar over de situatie te praten, maar ook concreet door tijdens de cursus aan de slag te gaan met opdrachten zoals het opstellen van een begroting, door doelen te stellen en door huiswerk te maken.

Tip

Geef cursisten voldoende de ruimte om ervaringen uit te wisselen. Richt de cursus zo in dat cursisten met hun eigen vraagstukken aan de gang gaan.

5.2 Groepsproces is belangrijk

Doordat de cursisten vaak herkenning vonden bij elkaar ontstond er een veilige sfeer waarbij ook naar elkaar omgekeken werd. Het kwam voor dat cursisten met elkaar meereiden naar de cursus en elkaar na de cursus via social media opzochten. Ook kwam het voor dat sommige cursisten, die hun problemen al enigszins onder controle hadden of al in een traject zaten, soms dienden als rolmodel voor cursisten die nog maar net in de financiële problemen terecht waren gekomen.

Het samen leren had een positief effect op de cursisten. Het werd ook als prettig ervaren dat iedereen uit de groep onderwerpen aandroeg. Soms hadden cursisten juist bepaalde onderwerpen niet aangekruist, omdat ze daar al veel van wisten. Dan gaven juist deze cursisten diegenen die het wel hadden aangevraagd uitleg hierover. Ze vonden het dus niet storend dat er soms onderwerpen werden behandeld die ze zelf niet hadden aangedragen.

“Het was een hele fijne groep en ik vond het wel fijn daarin om ook voor andere mensen mee te denken over wat ze konden doen met zo’n vraag.” (Cursist aangepaste budgetcursus).

Wisselende groepssamenstellingen

In sommige groepen was de samenstelling van de groep heel wisselend. In de eerste les bij de aangepaste cursus is er ruimte voor een uitgebreid voorstelrondje, hierdoor voelen cursisten zich verbonden met elkaar en zien ze meteen dat ze niet de enige zijn met deze problematiek. Echter waren in een aantal cursussen niet alle cursisten de eerste les aanwezig, hierdoor misten ze dit aspect. Ook waren niet alle cursisten elke les aanwezig. Cursisten vonden het vervelend dat de samenstelling van de cursusgroep daardoor steeds veranderde.

“Je weet niet waar je aan toe bent als je naar zo’n cursus gaat van komt die wel of niet. Dus dat is toch wel een beetje verwarrend.” (Cursist aangepaste budgetcursus).

Tip

Benadruk het belang van de eerste les aanwezig zijn. Plan budgetcursussen om vakanties en andere belangrijke momenten heen. Denk bijvoorbeeld aan het EK voetballen of andere belangrijke momenten.

Verskil in niveau of taalbeheersing

Soms was er sprake van een tweedeling in de cursusgroepen doordat er cursisten waren die vragen hadden op een heel ander niveau dan de rest van de groep. In sommige gevallen waren het vragen over cryptomunten, beleggen of afkoop van pensioen terwijl in andere gevallen veelvuldig om herhaling werd gevraagd van de lesstof. In beide gevallen weken de vragen af van de standaard. Cursisten gaven aan dat ze dit soms als storend hebben ervaren. Met name als bepaalde cursisten heel veel aandacht van de trainer opeisten vanwege de taalachterstand of andere interesse zonder dat het van belang was voor henzelf of de groep. In andere groepen werd dit juist weer als positief gezien, omdat ze op deze manier ook konden bijdragen in de groep:

“Ik vond het fijn om input te leveren voor anderen.” (Cursist aangepaste budgetcursus)

Ook werd deze zelfde tweedeling ervaren bij cursusgroepen waarbij verschil was in taalbeheersing. De cursisten met een taalachterstand vormden een subgroep van de rest van de budgetcursusgroep. Een verklaring voor de subgroep is dat zij op deze manier de taalbarrière probeerden te verminderen, door met elkaar te praten in hun eigen taal. Medecursisten gaven aan dat zij hierdoor geen algemeen groepsgevoel of band met deze cursisten hadden.

Tip

Vaak zijn verschillen in niveau geen probleem voor de groep. Een uitzondering is echter een verschil in taalniveau. Als iemand echt onvoldoende Nederlands spreekt wordt dit een probleem binnen de cursus.

Bij andere niveauverschillen is het belangrijk dat de trainer daar oog voor heeft en iedereen voldoende aan bod laat komen.

Groepsgrootte

Kleine groepen worden door cursisten doorgaans als prettig ervaren:

“Ja ik vond het heel goed, en de groep was ook heel fijn met vijf mensen anders wordt het misschien wat rommeliger. Moet niet heel veel meer zijn.” (Cursist aangepaste budgetcursus)

Ook de meest beginnende trainers ervaren dit. Zij gaven aan dat ze met kleine groepen meer de cursisten kunnen bedienen en in kunnen gaan op persoonlijke vragen en tegelijkertijd de groepsdynamica op gang kunnen brengen. Meer ervaren trainers hebben hier minder last van. Hoewel blijkt dat cursisten en trainers een aantal keer tijdens het interview expliciet hebben benoemd dat kleine groepen echt meerwaarde hebben bij de budgetcursus, kunnen we dat niet hard vaststellen. Tijdens het traject waren er nauwelijks grote groepen om te vergelijken. Bovendien was er tijdens het onderzoek, zeker bij de start, nog weinig ervaring met de aangepaste cursus. Ervaren trainers geven aan grote groepen geen probleem te vinden.

Tip

Heb je nog weinig ervaring als trainer van een budgetcursus? Start met kleine groepen.

Werving

Een belemmering bij het vormen van de groepen was de werving: cursisten motiveren om daadwerkelijk naar de cursus te komen en hun te behouden was bij alle cursussen lastig. Dit maakt dat de groepsdynamiek wat later op gang kwam omdat niet alle cursisten in de cursus bleven en er wisselingen plaatsvonden.

“Nou de opkomst vooraf, de aanmeldingen is in Redelijk bedroevend. Dat is heel jammer, want we hebben zo’n mooi product, daar ben je enthousiast over. Daar wil je dat mensen daar gebruik van maken. Want de mensen die wel geweest zijn die hebben het heel positief ontvangen. Dus dat is zo jammer dat er zo weinig aantallen zijn.” (Trainer aangepaste cursus)

Doordat er ook onderzoek aan deze cursussen was verbonden is een extra drempel opgeworpen. Immers cursisten wisten niet of ze daadwerkelijk direct aan een cursus konden deelnemen of in de controlegroep kwamen en pas na zes maanden mee konden doen. Bij anderen was het onduidelijk wat voor vorm de cursus zou hebben.

Vervolgonderzoek

Alle uitvoeringsorganisaties, de Hogeschool Utrecht en het Nibud gaan gezamenlijk met het wervingsvraagstuk aan de gang. Als cursisten de eerste les komen is de kans groot dat zij ook de rest van de lessen volgen. De meerwaarde wordt als groot ervaren. Door middel van onderzoek gaan we kijken wat werkt bij het werven van cursisten. Het onderzoek loopt nog tot halverwege 2021.

5.3 Zelfvertrouwen

Het lijkt erop dat de cursus bijdraagt aan een groeiend zelfvertrouwen. 19 van de 20 geïnterviewde cursisten van de aangepaste cursus geven aan dat dat ze voldoende handvatten hebben om de gemaakte doelen in de toekomst te kunnen verwezenlijken. Zij hebben inzicht gekregen in hun valkuilen en hun behoeften voor de toekomst. Zij zijn in staat om dit klein te maken, een cursist geeft bijvoorbeeld aan dat ze wil gaan sparen voor de vakantie van volgend jaar. Dit is verschillend ten opzichte van de traditionele budgetcursus. Hierbij geven de geïnterviewde cursisten aan dat ze minder het gevoel hebben dat ze handvatten vanuit de budgetcursus hebben meegekregen om hun doelen te verwezenlijken.

Tip

Inzetten op concrete behapbare doelen stellen lijkt een belangrijk onderdeel van een budgetcursus. Het geeft de cursist praktische handvatten, ook voor na de cursus.

5.4 Regie over de cursus wordt als prettig ervaren

Bij de nieuwe budgetcursus wordt in de eerste les aan de cursisten gevraagd wat ze willen leren en bereiken. Aan de hand van vier hoofdthema's kunnen ze hun eigen onderdelen bepalen die ze in de cursus terug willen laten komen. Aanvankelijk vonden een aantal cursisten het lastig om zelf de onderwerpen te bepalen van de budgetcursus, ze hadden er moeite mee om te bedenken waar ze baat bij hebben. Echter, met hulp en uitleg van trainers lukte het ze goed om dit in de eerste of tweede les te bepalen.

Uit de gesprekken blijkt dat ze het uiteindelijk allemaal erg waarderen dat ze regie krijgen over de inhoud van de budgetcursus. Ze vinden het fijn dat het op deze manier niet opgedragen wordt maar dat ze eigenaar zijn van hun eigen leerproces.

“Ja, fijne manier om ermee om te gaan in plaats van dat je ingelepeld krijgt wat ervan tevoren al bedacht is. Het werkt heel goed voor de groep vind ik ook, want iedereen kan met z'n eigen dingen komen. In plaats van dat je met je armen over elkaar dingen zit op te nemen waarvan het belang niet zo groot is, omdat het niet met jou te maken heeft.” (Cursist aangepaste budgetcursus).

Ook zet het aan tot actie bij cursisten:

“Ik vind het wel zinnig want dan ga je het zelf ook bedenken van wat doe ik hier en dat je gaat opletten van wordt dit ook behandeld laat maar zeggen.” (Cursist aangepaste cursus).

Dit vergt wel ook tijd van de trainers. Zij moeten hier bij de eerste cursusbijeenkomst bij stilstaan. Trainers moeten zich ervan bewust zijn dat het voor sommige cursisten schakelen is tussen verwachting van luisteren tot overgaan van nadenken en zelf handelen.

De meeste trainers van de aangepaste cursus geven aan dat ze alle onderwerpen die de cursisten hebben aangevraagd konden behandelen. Een trainer geeft aan dat ze graag nog iets van een boekje had willen meegeven waar de cursisten dan later in hun leven in terug kunnen bladeren. Een aantal cursisten hebben aangegeven van de nieuwe budgetcursus dat ze behoefte hebben aan een nazorgbijeenkomst of terugkomdag, zodat ze dan nog een follow up kunnen ontvangen van hetgeen ze aangereikt hebben gekregen. Een trainer gaf aan dat de cursus te kort was en er wordt door alle trainers erkend dat niet alle onderwerpen rondom omgaan met geld aan bod komen. De meeste trainers zien dat echter niet als een belemmering.

“Sommige cursisten waren er niet altijd, ik had nog kasboek willen behandelen, huiswerk mee willen geven, gedragsmatige. Veel onderwerpen dus blijven liggen.” (Trainer aangepaste cursus).

De trainers van de oude cursus geven aan dat de cursus volledig is geweest.

5.5 Verplicht of vrijwillige deelname

Aan de start van de cursus wordt een groot verschil ervaren tussen de motivatie van cursisten die vrijwillig deelnemen of cursisten die dwingend verzocht werden deel te nemen. Door de trainers is geconstateerd dat cursisten die als onderdeel van hun traject dwingend verzocht werden naar de cursus te gaan minder ontvankelijk leken voor de cursus. Zelfmelders leken meer open te staan.

“De eerste lessen ben ik echt de weerstand die er is, of het niet gemotiveerd zijn, om te buigen naar ‘goed dat je hier bent, goed dat je de VTLB-berekening hebt meegenomen, goed dat je het begrijpt, waarbij kan ik je helpen of ondersteunen?’ Als dan eentje in de groep zit die heel enthousiast is en wilt, dan zie je ook dat het weerspiegeling heeft op de rest van de groep.” (Trainer aangepaste budgetcursus).

De trainers zijn dus meer tijd kwijt aan het begin om de weerstand onder de cursisten te laten verminderen en de cursisten zijn minder gemotiveerd om huiswerk te maken, op te letten, wat cursisten die er vrijwillig zitten soms als vervelend ervaren. Ook observanten constateerden dat ‘verplichte’ cursisten minder mee lijken te doen. Wanneer er meerdere verplichte cursisten in een cursus zitten is er een grote kans dat ze elkaar in negativiteit beïnvloeden. Als de cursisten ongemotiveerd zijn zien de trainers dit voornamelijk terug aan de houding en interactie:

“Ja ze zijn een beetje stil, je moet er alles uit trekken. De eerste twee lessen ben ik eigenlijk hard aan het denken en het doen om ze zeg maar gemotiveerd te krijgen, met voorbeelden te komen, je moet ze echt het voorbeeld vanuit de praktijk aandragen dan begint het pas een beetje te leven.” (Trainer aangepaste cursus)

We hebben echter niet kunnen vaststellen of dit ook de prestaties negatief heeft beïnvloed, daarvoor was de groep te klein. Met name de motivatie lijkt te lijden onder de ervaren verplichting. Bovendien blijkt uit de gesprekken en observaties dat de motivatie naarmate de cursus vordert toeneemt onder de cursisten. De motivatie van de al gemotiveerde deelnemers neemt niet toe of af maar blijft gelijk.

Tip

Maak in de eerste les ruimte om te gaan met weerstand van ‘gestuurde’ cursisten. Er is tijd en aandacht nodig om deze cursisten mee te krijgen.

5.6 Locatie en tijden

De ervaringen omtrent de locatie zijn heel wisselend. Zelfs trainers die in eenzelfde pand hebben getraind ervaren de geschiktheid van de locatie verschillend. De mate van gastvrijheid, temperatuur en de ligging van de cursussen worden over het algemeen het vaakst genoemd als van invloed. Gastvrijheid blijkt onder andere uit beschikbaarheid van koffie en thee. Bij bijna alle locaties was dat vrij beschikbaar. Op één locatie kregen cursisten een muntje waarmee ze eenmaal gratis koffie of thee uit een automaat konden halen. Dit werd door zowel de trainers als cursisten niet prettig gevonden. Het was niet gastvrij en gezien de lengte van de cursusavond ook te weinig. Een andere locatie werd vanwege de slechte ventilatie van het gebouw als vervelend ervaren, het werd te warm gevonden door cursisten. Locaties dicht bij de cursist in de buurt werden positief bevonden, maar als een locatie goed bereikbaar is, dan is een centrale locatie ook geen probleem.

Tafels waarop de cursisten kunnen schrijven werden prettig gevonden. Op een locatie vond de budgetcursus plaats in een kring zonder tafels, dit belemmerde de cursisten in het actief meeschrijven en participeren.

De cursisten van beide cursussen vonden het fijn dat cursussen op verschillende tijden werden aangeboden in verband met werk, regelen van oppas of andere bezigheden. Enkele trainers merkten op dat cursisten van de avondcursus over het algemeen meer kennis hebben, dat er tijdens de avondcursus meer interactie. Wel zien zij ook dat cursisten vermoeder zijn doordat ze overdag al hebben gewerkt. Andere trainers merkten geen verschil in de tijden waarop de cursussen werden gegeven.

5.7 Wat wordt er van een trainer verwacht

Ook is meerdere keren de rol van de trainer naar voren gekomen. Alle trainers die zelfstandig de training gaven werden als zeer positief beoordeeld door de cursisten. De trainers hadden een actieve leerstijl, schepten een veilig klimaat en de cursisten voelden zich met respect behandeld. De verschillen tussen de zelfstandige trainers was te klein om hier contextverschillen vast te stellen.

Voordat nieuwe trainers ingezet werden voor de aangepaste budgetcursus werden ze getraind door een ervaren trainer van coöperatie Sammen. Hier is voor gekozen omdat het geven van de aangepaste cursus in eerste instantie als spannend werd ervaren door nieuwe trainers vanwege de geheel nieuwe opzet. Dat dit meerwaarde heeft bleek ook in de praktijk. Er is een trainer uitgevallen die samen met een ervaren trainer van Sammen een training gaf. Zij bleek onvoldoende toegerust om de groep te leiden. Dit had met name te maken met een gebrek aan kennis over financiële vraagstukken. Na afloop van de eerste cursusronde heeft zij samen met de ervaren trainer besloten om geen cursussen meer te geven. Omdat dit slechts een cursus was, met daarnaast een ervaren trainer, kunnen we hier geen harde conclusies uit trekken. Op basis van de gesprekken met de trainers en de cursisten kunnen we wel vaststellen dat de trainers een belangrijke rol hebben. We vermoeden dan ook dat kwaliteiten van de trainer een van de succesfactoren van de cursus is.

Samen met de trainers is daarom verkend wat trainers van een budgetcursus eigenlijk zouden moeten kunnen om een aangepaste budgetcursus goed te laten verlopen. Voor de aangepaste cursus geldt dat inhoudelijke kennis van de schuldhulpverlening, wet- en regelgeving en sociale kaart, belangrijker is dan in de traditionele budgetcursus. Dit komt omdat er door het open proces meer verschillende vragen worden gesteld. De cursisten bepalen immers de agenda. Hierdoor kwamen bijvoorbeeld veel vragen over het schuldhulpverleningstraject of de bewindvoerder. De trainer moet hierop in kunnen spelen.

Ook vraagt de aangepaste budgetcursus van de trainer dat ze ruimte en kaders kunnen bieden tijdens een cursus. Ze moeten de groep samen met een oordeel kunnen laten komen over de te behandelen onderwerpen en alle cursisten meenemen in het proces.

Verder vraagt het geven van de aangepaste budgetcursus de volgende dingen:

- Sociale didactische vaardigheden
- Regie en verantwoordelijkheid bij de klant durven leggen, het proces echter wel bij de trainer laten
- Beheersing van motiverende gespreksvoering technieken en oplossingsgericht kunnen werken
- Groepsveiligheid creëren
- Naast de mensen kunnen staan, ook eigen verhalen vertellen
- Inlevingsvermogen
- Communicatieve vaardigheden
- Flexibel zijn
- Sociaal bewogen/betrokken zijn
- Luisteren, doorvragen en samenvatten
- Aanname/oordeel vrij zijn
- Creatief denken

Bij de traditionele budgetcursus worden de volgende kwaliteiten van een trainer verwacht:

- Naast de mensen staan
- Objectiviteit
- Informatie kunnen overdragen en laten ontvangen
- Levenservaring
- Empathisch vermogen
- Inlevingsvermogen
- Kennis van de schuldhulpverleningsproblematiek

“De trainers zijn vriendelijk en luisteren goed. Ze brengen de stof goed over maar zouden soms nog wat beter kunnen samenvatten om te controleren of de stof ook echt begrepen is door de cursisten” (Cursist aangepaste cursus)

Investingering tijd trainers

Met name beginnende trainers hebben ruim de tijd nodig om zich voor te bereiden. Bij de trainers binnen dit onderzoek verschilde de voorbereidingstijd: van een half uur tot 5 uur per bijeenkomst bezig. Het hangt van het onderwerp en de ervaring van de trainer af. De trainers van de aangepaste training zijn voornamelijk bezig om de cursus in te vullen aan de hand van hetgeen de cursisten hebben aangekruist en dit te verspreiden over de verschillende bijeenkomsten. Het kost ze veel werk om materialen en werkvormen hierbij te zoeken. Op het moment van het onderzoek was de nieuwe Nibud- Omgaan met Geld cursus nog niet beschikbaar. De trainers verwachten dat de beschikbaarheid van materialen via het Nibud ervoor zorgt dat de voorbereidingstijd verminderd. Het gevaar hierbij is wel (wat ook een trainer aangaf) dat ze neigen naar een standaardcursus. De aangepaste vorm van de budgetcursus blijft dus een grotere tijdsinvestering vragen dan de oude cursus. Daar zijn de trainers minder tijd kwijt met voorbereiden doordat de cursus al is ingevuld, hoewel ze ook hier en daar extra uitzoekwerk doen voor cursisten.

Bijlage 1 Literatuurlijst

- Aarts, H. (2009). Gewoontegedrag: de automatische piloot van mens en maatschappij. In: W.L. Tiemeijer, C.A. Thomas, & H.M. Prast (red.), *De menselijke beslisser. Over de psychologie van keuze en gedrag* (pp. 139-162). Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Baan, A., Louwes, K., & Oostveen, A. (2016). *Evaluatierapport Wet gemeentelijke schuldhulpverlening*. Utrecht: Berenschot.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy. *Harvard Mental Health Letter*, 13(9), pp. 4-7.
- Drexler, A., Fischer, G., & Schoar, A. (2014). Keeping It Simple: Financial Literacy and Rules of Thumb. *American Journal of Applied Economics*, 6, 1-31. <http://doi.org/10.1257/app.6.2.1>
- Fernandes, D., Lynch Jr, J. G., & Netemeyer, R. G. (2014). Financial Literacy, Financial Education, and Downstream Financial Behaviors. *Management Science*, (x), 1–23. <http://doi.org/10.1287>
- Jungmann, N., & Madern, T. (2016). *Duurzame verbetering van gezond. Droom of werkelijkheid?* Den Haag: Wetenschappelijk Raad voor het Regeringsbeleid.
- Lind, A., Hall, L., Breidegard, B., Balkenius, C., & Johansson, P. (2014). Speakers' acceptance of real-time speech exchange indicates that we use auditory feedback to specify the meaning of what we say. *Psychological Science*, 25, 1198-1205. <http://doi.org/10.1177/0956797614529797>
- Lown, J. M. (2011). 2011 Outstanding AFCPE® Conference paper: Development and validation of a financial self-efficacy scale. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 22(2), 54-63.
- Koole, S. & Vonk, R. (2013). Het zelf. In: R. Vonk (red.). *Sociale psychologie (derde druk)*. P. 75-134. Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Madern, T. & Van der Schors, A. (2012). *Kans op financiële problemen*. Utrecht: Nibud.
- Mandell, L. (2012) Session 5: Financial Education: What Have We Learned So Far? School-Based Financial Education: Not Ready for Prime Time. In *Life-Cycle Investing: Financial Education and consumer Protection* (pp. 125–138). Boston: CFA Institute Research Foundation.
- Miller, M., Reichelstein, J., Salas, C., & Zia, B. (2014). Can You Help Someone Become Financially Capable? A Meta-Analysis of the Literature. *The World Bank Research Observer*, 30(2), 220-346. <https://doi.org/10.1093/wbro/lkv009>
- Prochaska, J.O., Nocrass, J.C., & DiClemente C.C. (2007). *Changing for good. A revolutionary six-stage program for overcoming bad habits and moving your life positively forward*. New York: HarperCollins Publisher.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Publications.
- Shah, J.Y. & Gardner, W.L. (2008). *Handbook of motivation science*. New York: Guilford Press
- Tiemeijer, W.L., Thomas, C.A., & Prast, H.M. (2009) *De menselijke beslisser: Over de psychologie van keuze en gedrag*. Amsterdam: Amsterdam University Press.
- Thaler R. & Sunstein C. (2009) *Nudge: Naar betere beslissingen over gezondheid, geluk en welvaart*. Amsterdam: Business Contact.
- Van der Schors, A., Crijnen, C., & Schonewille, G. *Geldzaken in de praktijk 2018-2019*. Utrecht: Nibud.
- Wesdorp, P., van Hooft, E., Duinkerken, G. & van Geuns, R. (2010). *Het heft in eigen hand. Sturen op zelfsturing*, Den Haag: Raad voor Werk en Inkomen.
- Westhof, F.M.J., Ruig, L. de, & Kerckhaert, A. (2015). *Huishoudens in de rode cijfers 2015. Over schulden van Nederlandse huishoudens en preventiemogelijkheden*. Zoetermeer: Panteia.
- Willis, L. E. (2011) The financial education fallacy. *American Economic Review*, 101, 429-434. <http://doi.org/10.1257/aer.101.3.429>
- Willis, L. E. (2008). Evidence and Ideology in Assessing the Effectiveness of Financial Literacy Education. *Faculty Scholarship*. Paper 197. http://scholarship.law.upenn.edu/faculty_scholarship/197