

Relatie zucht onder gedoe met geld

De malaise legt tegenstellingen binnen relaties bloot, zeker als het gaat over de omgang met geld. Maak daarom een plan van aanpak.

Door **Miranda Schoutsen**

Geld is de belangrijkste bron van onenigheid in een relatie. Liefst 62 procent van de geliefden maakt hierover geregeld ruzie, ondervond het instituut voor budgetvoorlichting Nibud, toen het daar in 2007 onderzoek naar deed. Het adviseert stellen geldzaken altijd te bespreken in een relatie.

Maar het wordt vaak niet chic gevonden over geld te praten. Het is lange tijd mode geweest te doen of geld een irrelevant onderwerp is, dat niet veel aandacht verdient. Maar na liefde, stelt sociologe Joke de Walle, is geld de belangrijkste kurk waarop paren en gezinnen drijven. 'Je moet het onderwerp dus niet bagatelliseren. Geld bepaalt wat je wel en niet kunt doen als stel.'

Er moeten samen veel beslissingen genomen worden over geld: hoeveel hebben we nodig, wie gaat wat verdienen en hoe gaan we het uitgeven. De kans dat daarover ruzie ontstaat, is groot, erkent De Walle. Zij deed de afgelopen tien jaar uitgebreid onderzoek naar de rol van geld binnen relaties.

De Walle's belangstelling voor het onderwerp komt voort uit haar eigen frustraties. 'Geld is in mijn eigen huwelijk jarenlang een teer punt geweest', vertelt de sociologe. 'Maar ik had er meer emotionele problemen mee dan mijn man. Ik vroeg me af hoe het kwam dat het onderwerp soms zo belastend was.'

De Walle kwam tot de conclusie dat verschillen in de omgang met geld vrijwel altijd een erfenis zijn uit het verleden. 'Het gaat erom wat je van thuis hebt meegekregen in de omgang met geld.'

Recent wetenschappelijk onderzoek bevestigt haar bevindingen. Daaruit blijkt dat grofweg 70 procent van iemands financiële risico-



Illustratie Peter van Hugten

WAT TE DOEN BIJ RUIZIE OM GELD

- **Maak geldzaken bespreekbaar.** Voorkom irritaties door met elkaar te praten over hoe u geld ziet. Als u meer van elkaar weet op dit gebied, kan dat veel problemen voorkomen.

- **Kies een goed moment.** Breng ergernissen ter sprake op een ontspannen moment. Vraag elkaar hoe geldzaken thuis vroeger geregeld waren. Dat heeft namelijk invloed op hoe u nu met geld omgaat.

- **Begin met de positieve kanten.** Hoe vindt u dat uw partner met geld omgaat? Vertel uw partner eerst de positieve kanten, en probeer niet in verwijten terecht te komen.

- **Stel doelen en prioriteiten.** Wat zijn uw doelen op de korte en de lange termijn? Maak samen een prioriteitenlijstje en bepaal hoeveel geld u gaat sparen om die doelen te realiseren.

- **Spreek een vrij bedrag af.** Spreek een bedrag af dat een ieder vrij kan besteden. Hierover hoeft u geen verantwoording af te leggen aan elkaar.

- **Inleven en aanpassen.** Als u samen iets leuks doet, reserveer dan vooraf een bepaald bedrag dat u maximaal wilt of kunt uitgeven.

bron: Nibud

tolerantie wordt bepaald in de kindertijd. 'Maar niet alleen armoede of perioden van financiële onzekerheid tijdens de jeugd hebben een blijvend effect op de psyche', stelt De Walle. 'Ook mensen die zijn opgegroeid met veel geld voelen zich soms niet veilig. Aan deze kinderen worden vaak hoge eisen gesteld, waardoor ze last van faalangst krijgen.'

De verschillen tussen partners in de wijze waarop zij hebben leren omgaan met geld, komen in veel relaties pas echt naar boven

als het financieel slechter gaat – zoals in de huidige recessie. De Walle: 'Mensen die door vroegere ervaringen toch al onzeker zijn over geld, gaan zich sneller zorgen maken over de ellende die er misschien nog aankomt.'

Volgens relatietherapeut en mediator Claudia van Kalleveen kan de dreiging van ontslag of inkomstenverlies de relatie fors onder druk zetten. 'Mensen slapen slechter in onzekere tijden. Dat veroorzaakt vaak hoofdpijn en korte lontjes. Dat heeft invloed op iemands

omgeving, en vooral op de relatie.' Ze ziet het geregeld terug in haar praktijk in Oosterbeek. 'Als individu hebben mensen geen grip op zaken als de economie of de overheid, ze voelen zich overgeleverd.'

Volgens de therapeut is het belangrijk dat iemand dan niet geïsoleerd raakt met zijn of haar geldzorgen. 'Laat hem of haar denken: 'Ik sta er niet alleen voor, we komen er samen uit.'

Van Kalleveen probeert mensen middelen aan te reiken om zaken aan te pakken waar ze wel greep op

hebben. 'Ik laat partners samen een concreet plan van aanpak maken waarover ze met elkaar kunnen praten. Wanneer stellen duidelijke afspraken maken over geld, merk ik dat velen al meer rust kunnen vinden.'

Sociologe De Walle past bij echtparen met geldconflicten de Zelf Konfrontatie Methode (ZKM) toe in haar adviespraktijk. Daarmee hielp zij in vier jaar tijd ruim zestig mensen, van wie zeven koppels staan beschreven in haar boek *Gedoe om geld*.

'Het is vaak moeilijk uit te leggen waarom je je zorgen maakt over de financiën. Je partner vindt het vaak heel irrationeel. Waarom word je zo angstig van een hoge hypotheek? Daar moet je samen antwoord op zien te vinden.' Door 'het geldverhaal' van beide partners te onderzoeken en te bespreken, probeert De Walle wederzijds begrip te kweken, en de beide partners ook inzicht te geven in de eigen motieven. 'Dat helpt bij het zoeken naar compromissen waarmee beiden kunnen leven.'