

De prijs van samenzijn

Een onderzoek naar de kosten
en baten van sociale activiteiten

Een verdiepingsonderzoek van
de Nationale Monitor Geldzorgen
Augustus 2025



Colofon

Dit verdiepingsonderzoek is uitgevoerd door het Kenniscentrum Psychologie en Economisch gedrag (www.kcpeg.nl) en Wijzer in geldzaken (www.wijzeringeldzaken.nl).

Vanuit psychologische inzichten over hoe mensen beslissingen nemen, proberen we wetenschap en praktijk met elkaar te verbinden. De resultaten van dit verdiepingsonderzoek bieden waardevolle aanknopingspunten voor zowel beleidsvorming als praktische toepassingen.

Het Kenniscentrum Psychologie en Economisch Gedrag, onderdeel van de sectie Sociale, Economische en Organisatiepsychologie van de Universiteit Leiden, richt zich op het stimuleren van gedragingen en keuzes die het welzijn van mens en maatschappij verbeteren. Het Kenniscentrum vervult een brugfunctie tussen wetenschappelijk onderzoek en de praktijk op het gebied van economisch gedrag.

Wijzer in geldzaken is een initiatief van het ministerie van Financiën, waarin partners uit de financiële sector, de wetenschap, de overheid en onderwijs-, voorlichtings- en consumentenorganisaties hun krachten bundelen en ernaar streven dat mensen in Nederland financieel voorbereid zijn.

Referentie

Nationale Monitor Geldzorgen (2025). *De prijs van samenzijn: Een onderzoek naar de kosten en baten van sociale activiteiten*. Kenniscentrum Psychologie en Economisch Gedrag en Wijzer in geldzaken.



De Nationale Monitor Geldzorgen

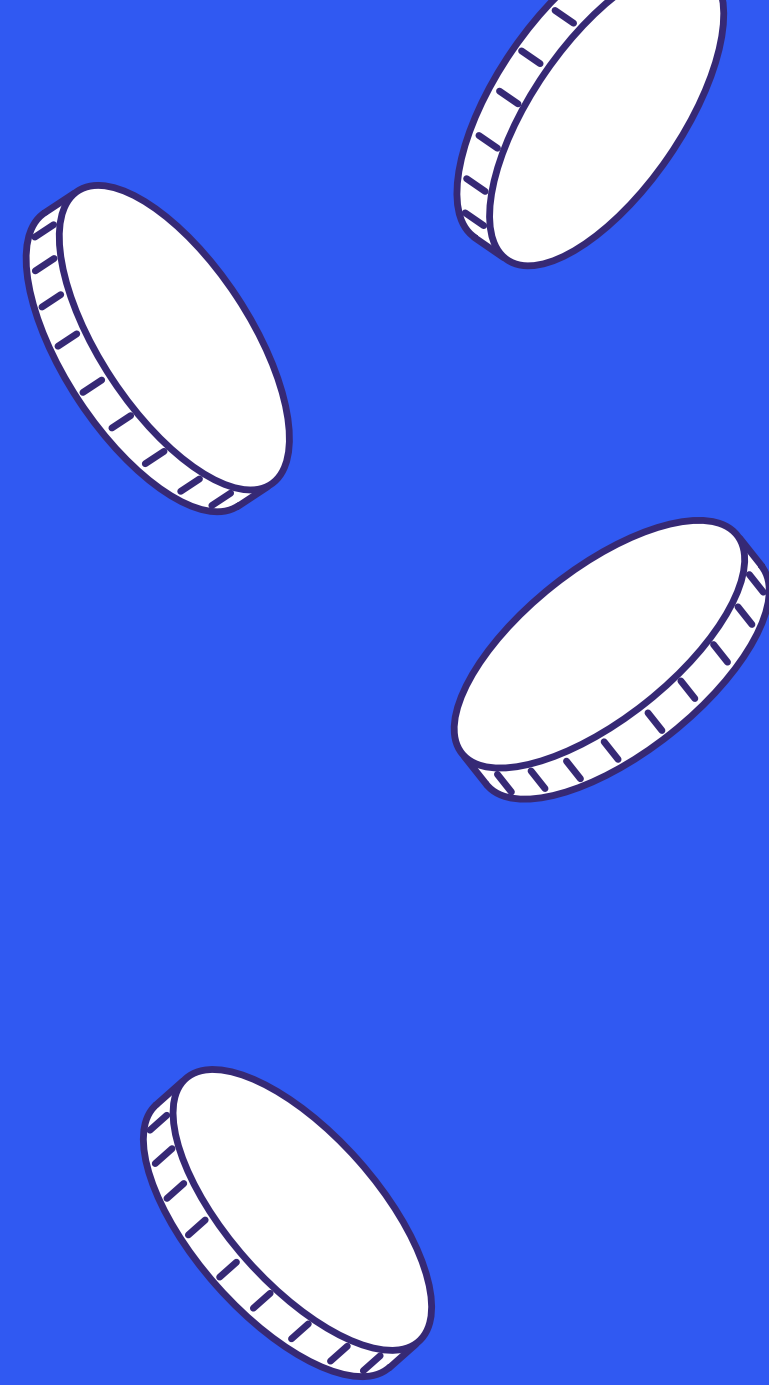
Dit onderzoek is uitgevoerd als verdieping op de Nationale Monitor Geldzorgen. De Nationale Monitor Geldzorgen is een gezamenlijk initiatief van het Kenniscentrum Psychologie en Economisch Gedrag (Universiteit Leiden) en Wijzer in geldzaken. Met behulp van deze monitor volgen wij hoe het financieel gaat met Nederlanders. Zijn ze goed voorbereid op de toekomst en in staat om met financiële tegenslag om te gaan? Over welke geldzaken maken ze zich het meeste zorgen? En hoeveel financiële stress ervaren zij? We meten elke drie maanden het financieel welzijn van Nederlanders.

We doen dit via een online vragenlijst onder een representatieve steekproef van Nederlandse huishoudens, bestaande uit minimaal 1.500 deelnemers. De vragenlijst meet indicatoren van financiële weerbaarheid, bronnen van geldzorgen, en de financiële stress die Nederlanders ervaren. De metingen worden uitgevoerd binnen het LISS-panel van Centerdata, een panel dat speciaal is opgezet voor wetenschappelijk, maatschappelijk en beleidsrelevant onderzoek.

Meer weten over de Nationale Monitor Geldzorgen? Kijk [hier](#).

Inhoudsopgave

Samenvatting en conclusies	5
Inleiding, onderzoeksvragen, methode en leeswijzer	9
Deel 1 Deelname en uitgaven aan sociale activiteiten	16
Deel 2 Meer uitgeven dan gewild	21
Deel 3 Kosten en baten	27
Onderzoeksverantwoording	34



Samenvatting en conclusies

Samenvatting

Het gevoel ergens bij te horen is een fundamentele menselijke behoefte^a. Het aangaan en onderhouden van sociale relaties – bijvoorbeeld via deelname aan sociale activiteiten^b – speelt daarbij een belangrijke rol.

In dit onderzoek, uitgevoerd onder een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking, keken we hoe vaak mensen deelnemen aan sociale activiteiten, wat zij hieraan denken uit te geven en hoe zij het ervaren wanneer zij meer uitgeven dan gewild. Ook zijn zowel positieve aspecten (zoals sociale verbondenheid) als negatieve aspecten (zoals geldzorgen) van sociale activiteiten die geld kosten in kaart gebracht.

^a Baumeister & Leary, 1995

^b Stewart et al., 2009

In een tijd waarin bestaanszekerheid niet voor iedereen vanzelfsprekend is, is het van belang te begrijpen hoe de (stijgende) kosten van sociale activiteiten de sociale participatie kunnen beïnvloeden.

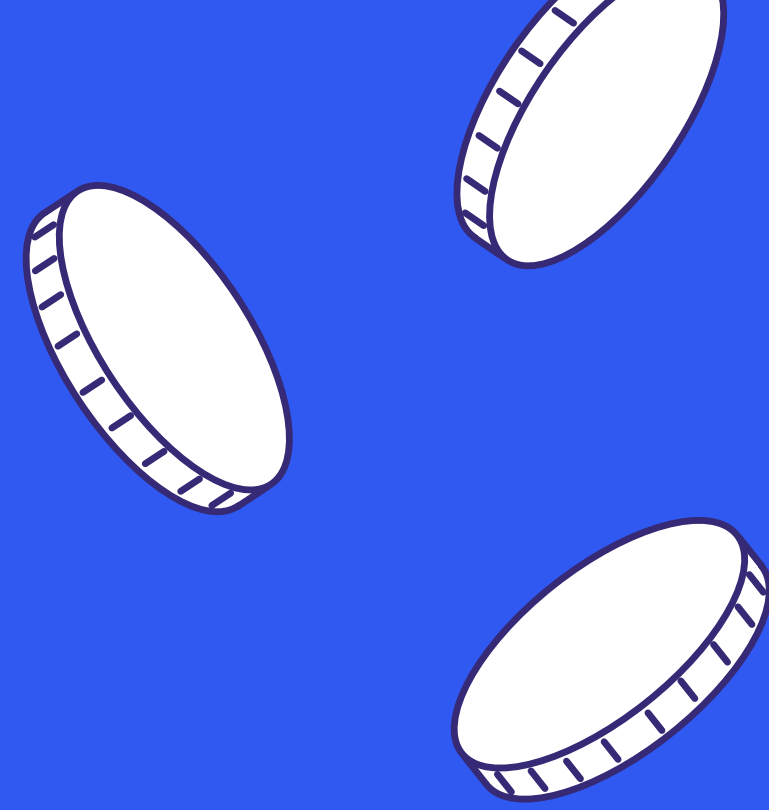


De belangrijkste conclusies

- Sommige mensen nemen vaak deel aan sociale activiteiten die geld kosten (42%) terwijl anderen dat slechts zelden doen (31%). Er zijn wel verschillen tussen groepen: jongvolwassenen (18 - 34 jaar) nemen vaker deel aan sociale activiteiten die geld kosten dan middenvolwassenen (35 - 54 jaar) en 55+'ers. Mensen met lage inkomens doen dit minder vaak dan mensen met midden- of hoge inkomens. Bij sociale activiteiten die geen geld kosten zien we geen verschillen tussen de groepen.
- De schattingen die mensen doen van hun uitgaven aan sociale activiteiten variëren van € 0 tot € 500 per maand. Voor 53% van de deelnemers ligt de schatting tussen de € 50 en € 150 per maand. Mensen met een lager inkomen geven naar eigen schatting minder uit dan mensen met een hoger inkomen, maar voor hen is het wel een groter deel van hun inkomen.
- Voorzien in je sociale behoeften kan dus geld kosten, en soms staat dat op gespannen voet met financiële voornemens: bijna iedereen (91%) geeft wel eens meer geld uit dan gewild aan een sociale activiteit, bijvoorbeeld door groepsdruk, of uit onnadenkendheid. Bij 27% van de mensen gebeurt dit vaak, en onder jongvolwassenen is dat zelfs 51%. Omdat meer uitgeven dan gewild kan bijdragen aan geldzorgen, zijn jongvolwassenen een belangrijke doelgroep voor preventie. De resultaten van ons onderzoek kunnen een uitgangspunt vormen voor beleidsmakers en uitvoerders die zich inzetten om mensen te helpen om hun sociale uitgaven meer in lijn te brengen met hun intenties.

- Mensen die wel eens sociale activiteiten overslaan vanwege de kosten vinden, in vergelijking met mensen die dat niet doen, vaker dat die activiteiten belangrijk zijn om echt mee te doen in de maatschappij. Dat sociale activiteiten die geld kosten belangrijk zijn voor inclusie in de maatschappij wordt dus mogelijk onderschat door mensen voor wie de kosten geen belemmering zijn om deel te nemen.
- Mensen die vaker deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten, ervaren ook een sterker sociaal netwerk, hogere levenstevredenheid en meer verbondenheid met de maatschappij. Dit onderzoek laat daarmee duidelijk zien dat het deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten onderdeel is van een tevreden en verbonden leven.
- Bijna een kwart (23%) van de mensen heeft wel eens te maken met één of meerdere van de volgende knelpunten: zorgen over uitgaven aan sociale activiteiten, onvoldoende geld om eraan deel te nemen, of het moeten overslaan van sociale activiteiten vanwege de kosten. Zij kunnen daardoor mogelijk minder goed hun sociale relaties en netwerken onderhouden. Voor beleidsmakers en praktijkprofessionals is het daarom belangrijk deze groep goed in beeld te hebben.
- Deze bevindingen tonen aan hoe belangrijk het is dat mensen genoeg geld hebben om sociale activiteiten te ondernemen – en dat deze uitgaven niet gezien moeten worden als ‘extra’ of ‘niet-essentiële’ uitgaven voor groepen die het zich kunnen veroorloven. Daarom is het goed dat bijvoorbeeld het Nibud sociale uitgaven meeneemt bij het berekenen van een sociaal minimum^c.

^c Van Gaalen & Wieman, 2024



Inleiding, onderzoeksvragen, methode en leeswijzer

Inleiding

Of het nu gaat om vriendschappen, familiebanden of contacten op het werk – het zit in de aard van mensen om relaties aan te gaan en te onderhouden met anderen^d. Het gevoel hebben dat je ‘ergens bij hoort’ is dan ook een basisbehoefte van mensen^a.

Het deelnemen aan sociale activiteiten is een belangrijk onderdeel van veel sociale relaties^b. Maar deelname aan sociale activiteiten kan geld kosten^e. Denk aan de reiskosten die je maakt om iemand te bezoeken, het cadeautje dat je koopt als je naar een verjaardag gaat, of de rekening na een drankje in een café.

^a Baumeister & Leary, 1995

^b Stewart et al., 2009

^d Spoor & Williams, 2007

^e Shah et al., 2012

Sociale relaties zijn dus zeer belangrijk voor mensen, maar kunnen kosten met zich meebrengen. In dit onderzoek bestudeerden we hoe vaak mensen deelnemen aan sociale activiteiten, hoeveel geld ze eraan denken uit te geven, en hun ervaring wanneer ze meer uitgeven dan ze eigenlijk hadden gewild. Ook onderzochten we de positieve (bijvoorbeeld verbondenheid) en negatieve factoren (bijvoorbeeld geldzorgen) die samenhangen met het deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten^{f, g}.

^f Noordewier et al., 2024

^g Böhnke, 2008

Onderzoeksvragen

Deel 1

Deelname en uitgaven aan sociale activiteiten

- Aan welke sociale activiteiten die geld kosten nemen mensen deel?
- Hoe vaak nemen mensen deel aan sociale activiteiten die geld kosten? En hoe vaak aan kosteloze sociale activiteiten?
- Hoeveel geld denken mensen uit te geven aan sociale activiteiten?

Deel 2

Meer uitgeven dan gewild

- Geven mensen wel eens meer uit dan gewild aan sociale activiteiten?
- Waarom geven mensen meer uit dan gewild, en wat zeggen ze als gevolg daarvan te ervaren?
- Vinden mensen achteraf dat het de uitgave waard was, wanneer ze meer uitgeven dan gewild?

Deel 3

Kosten en baten

- Welke positieve ervaringen hangen samen met sociale activiteiten die geld kosten (bijv. maatschappelijke verbondenheid, tevredenheid)?
- Welke negatieve ervaringen spelen er rond sociale activiteiten die geld kosten (bijv. zorgen over sociale uitgaven, onvoldoende geld om mee te doen)?

We bekijken steeds of er relevante verschillen zijn tussen leeftijdsgroepen en tussen inkomensgroepen.

Methode

Deelnemers

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden, is in december 2024 een online vragenlijst afgenomen onder het LISS-panel*. Dit panel bestaat uit circa 7.500 panelleden uit 5.000 huishoudens en is representatief voor de Nederlandse bevolking. Aan het onderzoek namen 1.681 mensen deel**.

* LISS: Langlopende Internet Studies voor de Sociale Wetenschappen, Centerdata, Tilburg University, zie <http://www.centerdata.nl/liss-panel>.
** In de huidige steekproef kunnen verschillen voorkomen in demografie (geslacht, leeftijd, opleidingsniveau) t.o.v. het gehele panel.

Tabel 1. Geslacht in huidige steekproef vs. gehele LISS-panel

Geslacht	Huidige steekproef	LISS-panel
Vrouw	53%	51%
Man	47%	49%
Anders	0,1%	0,2%

Tabel 2. Leeftijd in huidige steekproef vs. gehele LISS-panel

Leeftijd	Huidige steekproef	LISS-panel
Jongvolwassenen (18 - 34 jaar)	16%	26%
Middenvolwassenen (35 - 54 jaar)	28%	29%
55+ 'ers	55%	45%

Tabel 3. Opleidingsniveau in huidige steekproef vs. gehele LISS-panel

Opleidingsniveau	Huidige steekproef	LISS-panel
Basisonderwijs	4%	6%
vmbo	16%	16%
havo/vwo	10%	11%
mbo	25%	25%
hbo	28%	27%
wo	16%	15%



Vragenlijst

Deel 1

Deelname en uitgaven aan sociale activiteiten

- Open vraag waarin deelnemers een recent voorbeeld gaven van een sociale activiteit die geld kostte.
- Vragen over de frequentie van deelname aan sociale activiteiten die wel of juist geen geld kosten.
- Een open vraag over de ingeschatte maandelijkse uitgaven aan sociale activiteiten.

Deel 2

Meer uitgeven dan gewild

- Een vraag over hoe vaak deelnemers meer uitgeven aan sociale activiteiten dan ze eigenlijk hadden gewild.
- Vragen over de aanleiding (groepsdruk, onnadenkendheid) en gevolgen daarvan (geldzorgen, ervaren verbondenheid).
- Een vraag of ze het de uitgave achteraf waard vonden.

Deel 3

Kosten en baten

- Vragen over de ervaring van verbondenheid en het belang van sociale activiteiten voor het meedoen in de maatschappij.
- Vragen over de ervaren sterkte van het sociale netwerk, verbondenheid met de maatschappij en algemene levenstevredenheid.
- Vragen over ervaren problemen met uitgaven aan sociale activiteiten: geldtekort, geldzorgen of het moeten overslaan van de activiteiten vanwege de kosten.

Antwoordmogelijkheden

Deelnemers gaven (behalve bij de open vragen) steeds op een 7-puntsschaal aan hoe vaak zij iets doen, of in hoeverre ze het ergens mee eens zijn.

De schaal liep steeds van 1 (zeer zelden) tot 7 (zeer vaak) of van 1 (helemaal mee oneens) tot 7 (helemaal mee eens).

De volledige vragenlijst is te vinden in de [Onderzoeksverantwoording](#).

Leeswijzer

Correlaties

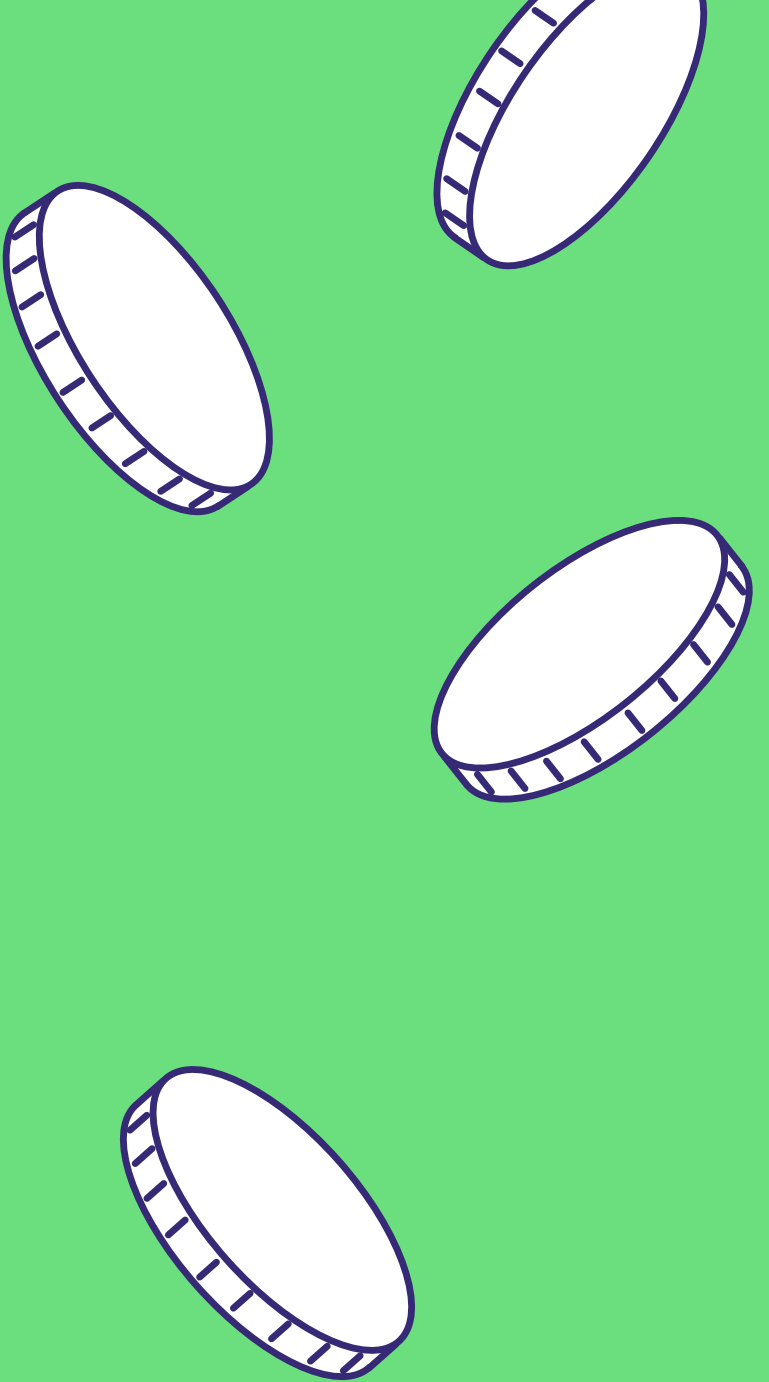
In het onderzoek bespreken we vaak of en hoe twee factoren samenhangen; bijvoorbeeld dat deelname aan sociale activiteiten positief samenhangt met tevredenheid met het leven. Die samenhang betekent dan dat deelnemers die in de vragenlijst aangaven vaker deel te nemen aan sociale activiteiten, ook vaker aangaven tevreden te zijn met het leven. We benoemen de samenhang (of: correlatie) alleen als dit verband met een statistische toets is aangetoond (ofwel: als het statistisch significant is; zie voor meer informatie de [Onderzoeksverantwoording](#)).

Door de opzet van het onderzoek kunnen we in dit rapport geen uitspraken doen over de oorzaak-gevolg-relatie van de factoren die we gemeten hebben. Het kan bijvoorbeeld zo zijn dat deelnemen aan sociale activiteiten zorgt voor meer tevredenheid in het leven – maar ook dat tevreden mensen meer sociale activiteiten gaan ondernemen. In veel gevallen zullen beide verklaringen (deels) waar zijn.

Verschillen tussen groepen

In dit rapport toetsen we steeds verschillen tussen groepen in hoe ze de vragen beantwoord hebben. Bijvoorbeeld verschillen in het percentage dat het ‘eens’ is met een stelling of iets ‘vaak’ doet (scores > 4 op een 7-puntsschaal); of verschillen in de inschatting van de maandelijkse uitgaven aan sociale activiteiten. Verschillen worden alleen genoemd als ze statistisch significant zijn (zie voor meer informatie de [Onderzoeksverantwoording](#)).

- Voor leeftijdsgroepen vergelijken we steeds jongvolwassenen (18 - 34 jaar), middenvolwassenen (35 - 54 jaar) en 55+’ers.
- Voor inkomens vergelijken we lage inkomens (laagste 25%), middeninkomens (de middelste 50%) en hoge inkomens (hoogste 25%).



Deel 1

Deelnname en uitgaven aan sociale activiteiten

Aan welke sociale activiteiten die geld kosten nemen mensen deel?

Gevraagd naar voorbeelden noemen deelnemers een grote verscheidenheid aan sociale activiteiten die geld kosten. Ze noemen zowel sociale activiteiten die direct geld kosten (zoals een bioscoopbezoek waarvoor moet worden betaald) als activiteiten die indirect geld kosten (zoals een bezoek aan vrienden, waarbij reiskosten worden gemaakt).

Figuur 1 Hiernaast een selectie van antwoorden op de vraag naar voorbeelden van sociale activiteiten die geld kosten

‘Laatst ben ik uit eten geweest met vriendinnen en zijn we daarna naar het theater gegaan’		‘Met twee vrienden afgesproken om wat te kletsen, eten en drinken. Burgertjes met frietjes en een pilsje, uitgaven waren 25 euro per persoon’	
‘Enkele weken geleden waren onze oud-buren jarig. Ze wonen best ver weg. We moesten toch zo'n anderhalf uur rijden, met de auto. En natuurlijk hadden we ook nog enkele kadootjes gekocht’		‘Met vrienden naar een kerstshow en daarna uit eten’	‘Viering van mijn 80e verjaardag’
‘Escaperoom’	‘Diner op de golfclub’		‘Naar de bioscoop’
‘Kerst vieren bij mijn ouders met de hele familie. Eetkosten, benzinekosten, cadeaukosten’		‘Samen met vrienden uit eten’	
‘Samen gekookt met een vriendin’	‘Aan een georganiseerde broertjes- en zusjesdag vanuit mijn studentenvereniging’		‘Ik was uitgenodigd om te komen eten. Kosten: 200 km rijden, plus een bos bloemen’
	‘Bezoekje aan een indoor-speelpark met kleinkinderen’		

Hoe vaak nemen mensen deel aan sociale activiteiten die geld kosten? En hoe vaak aan kosteloze sociale activiteiten?

- 42% neemt vaak* deel aan sociale activiteiten die geld kosten, 31% doet dit zelden.
- 35% neemt vaak deel aan kosteloze sociale activiteiten, 35% doet dit zelden.

Wanneer we kijken naar de samenhang zien we dat:

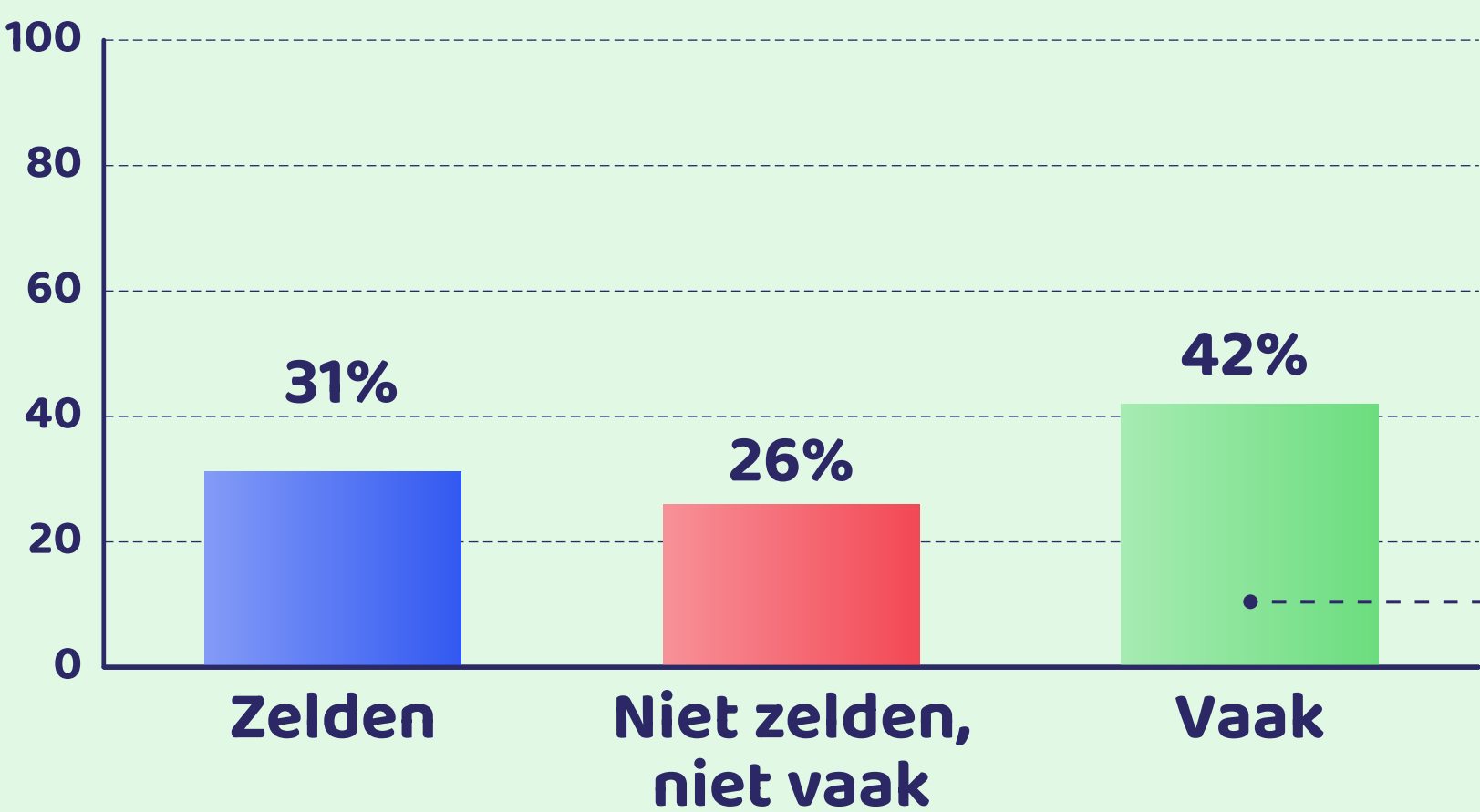
- mensen die vaker deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten, ook vaker deelnemen aan kosteloze sociale activiteiten**.

* De vragen zijn beantwoord op een 7-puntsschaal. Voor weergave in de grafieken voegen we steeds de antwoorden 1-3 samen tot één categorie (bijv. zelden), net als de antwoorden 5-7 (bijv. vaak), naast de middencategorie 4 (bijv. niet zelden, niet vaak).

** $r = .33, p < .001$

Figuur 2 Frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geld kosten

Hoe vaak neemt u deel aan sociale activiteiten die geld kosten?

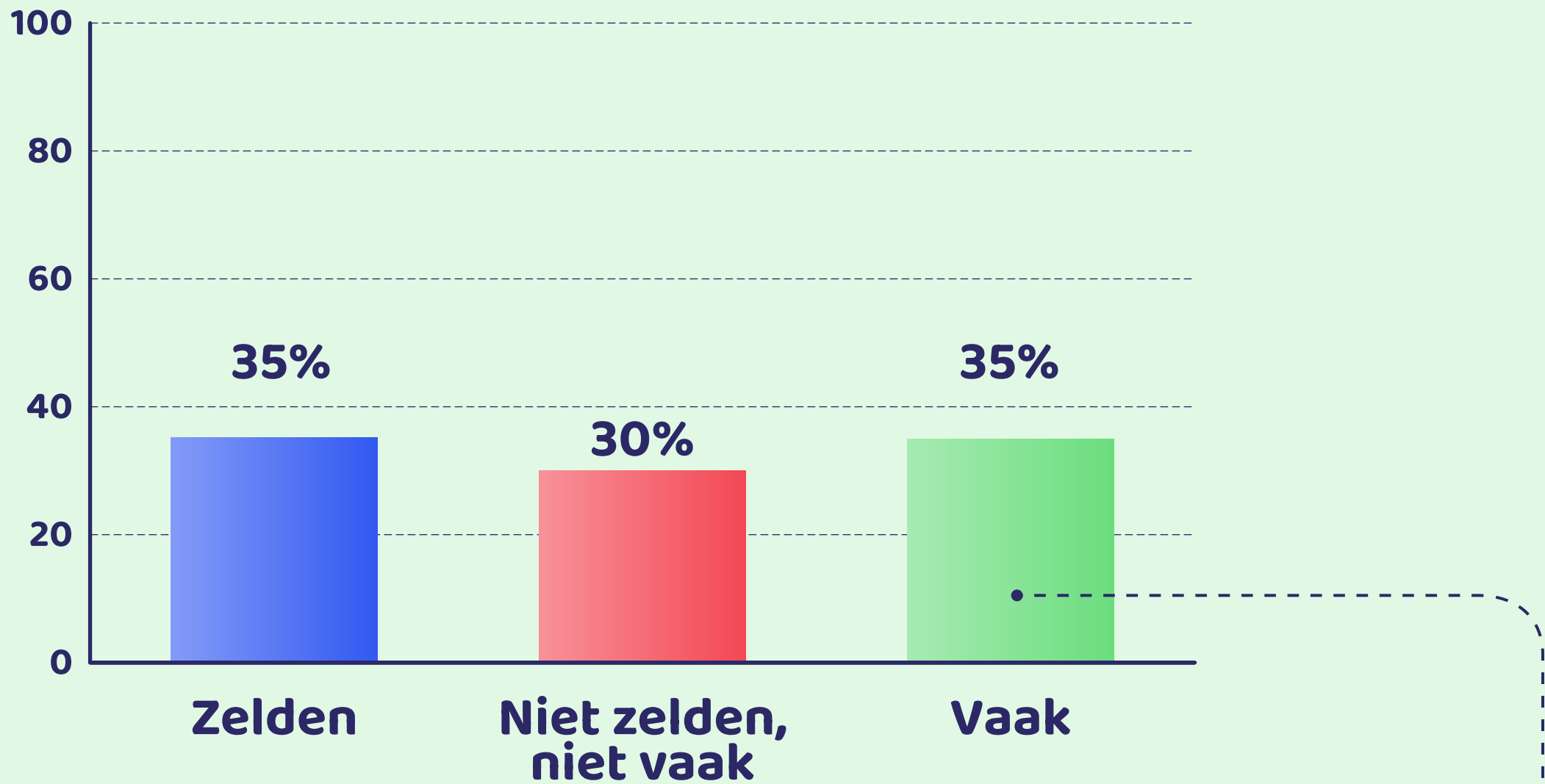


Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (53%) dan bij middenvolwassenen (45%); en bij 55+’ers ligt het percentage nog lager (38%) dan bij middenvolwassenen.

Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage lager (31%) dan bij mensen met middeninkomens (42%); en bij mensen met hoge inkomens ligt het percentage nog hoger (56%) dan bij mensen met middeninkomens.

Figuur 3 Frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geen geld kosten

Hoe vaak neemt u deel aan sociale activiteiten die geen geld kosten?



Er zijn geen verschillen tussen leeftijdsgroepen.

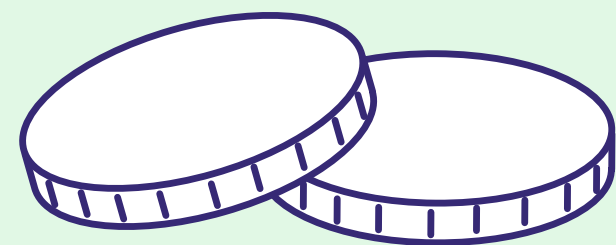
Er zijn geen verschillen tussen inkomensgroepen.



Hoeveel geld denken mensen uit te geven aan sociale activiteiten?

Gemiddeld schatten mensen hun maandelijkse uitgaven aan sociale activiteiten in op € 124.

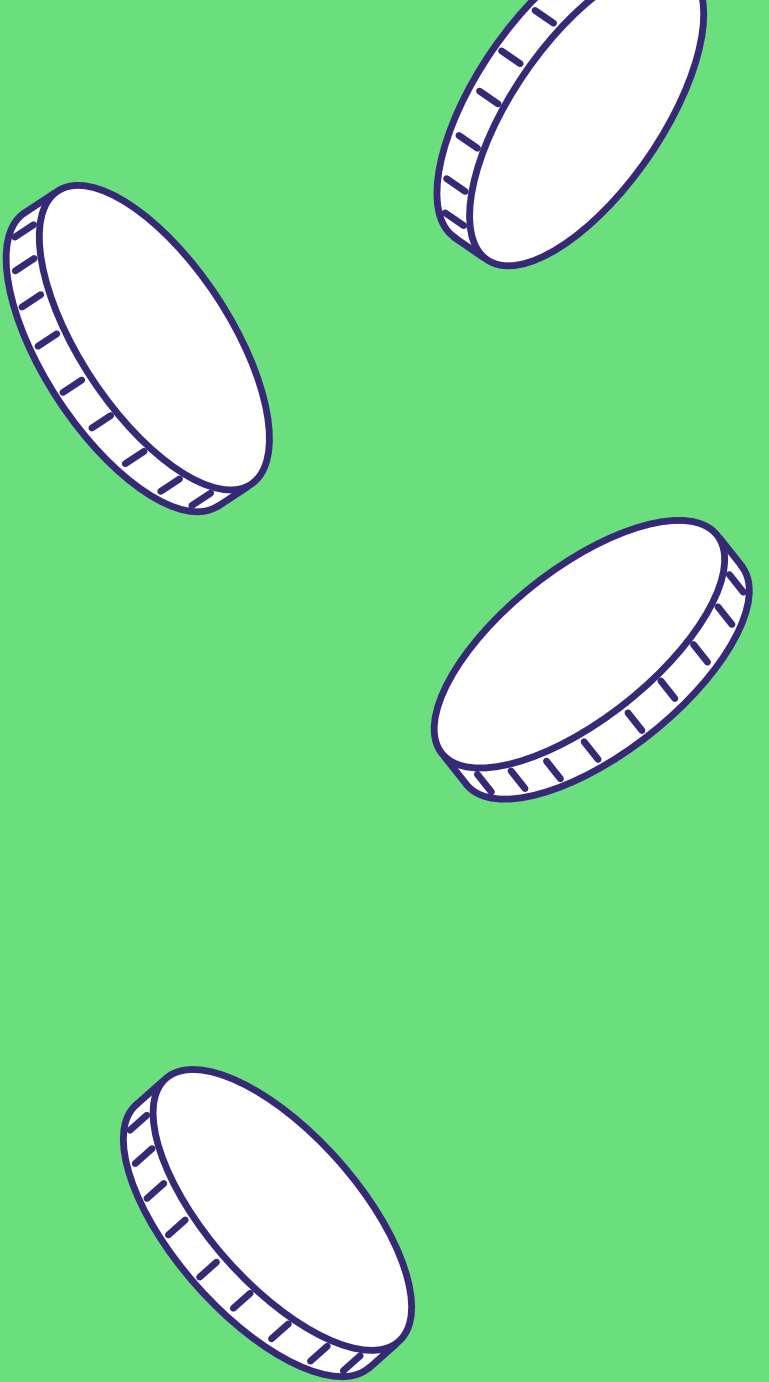
De schattingen liepen uiteen van € 0 tot € 500*. Voor 53% van de mensen lag de schatting tussen de € 50 en € 150 per maand.



* Statistische uitschieters hebben we hier buiten beschouwing gelaten, zodat ze het beeld niet vertekenen. Dit betrof enkele deelnemers die een uitzonderlijk hoog bedrag opgaven (meer dan drie standaarddeviaties boven de gemiddelde uitgaven van alle deelnemers).

De ingeschatte uitgaven van jongvolwassenen (€ 134) en middenvolwassenen (€ 143) zijn hoger dan die van 55+'ers (€ 111).

De ingeschatte uitgaven van mensen met lage inkomens liggen lager (€ 89) dan die van mensen met midden- (€ 126) of hoge inkomens (€ 169). Voor mensen met lage inkomens is dit wel een groter percentage van het inkomen.



Deel 2

Meer uitgeven dan gewild

Geven mensen wel eens meer uit dan gewild aan sociale activiteiten?

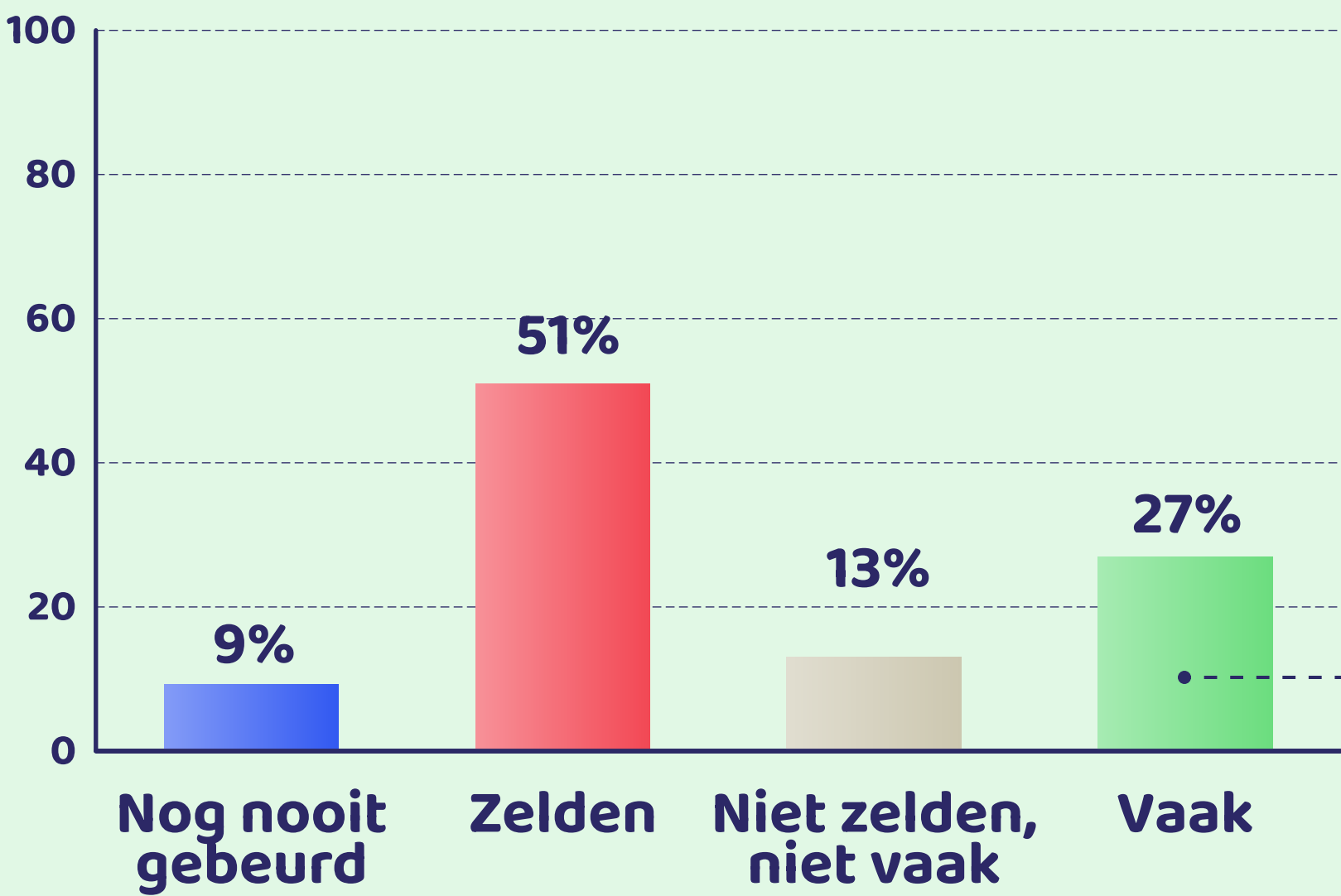
Als sociale activiteiten geld kosten, kan het voorkomen dat mensen meer uitgeven dan ze eigenlijk hadden gewild.

- Bij 91% is dit wel eens voorgekomen*.
- Bij 27% komt het vaak voor.

* Dit is 100% min de 9% die aangaf dat het hen nog nooit was gebeurd. Bij deze vraag was in de vragenlijst de antwoordcategorie ‘nog nooit gebeurd’ toegevoegd, zodat alleen relevante vervolgvragen werden getoond.

Figuur 4 Frequentie van meer geld uitgeven dan gewild

Het komt voor dat ik meer geld uitgeef aan een sociale activiteit dan ik had gewild.



Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (51%) dan bij middenvolwassenen (37%) en bij 55+’ers ligt het percentage nog lager (19%) dan bij middenvolwassenen.

Er zijn geen verschillen tussen inkomensgroepen.

Waarom geven mensen meer uit dan gewild, en wat zeggen ze als gevolg daarvan te ervaren?

Redenen om meer uit te geven dan gewild:

- Bij 16% gebeurt dit vaak doordat ze druk voelen van anderen om dit te doen.
- Bij jongvolwassenen (22%) en middenvolwassenen (20%) ligt dit percentage hoger dan bij 55+'ers (12%).
- Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage hoger (21%) dan bij mensen met midden- (15%) of hoge inkomens (12%).

- Bij 23% gebeurt dit vaak doordat ze er op dat moment niet goed over nadenken.
- Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (34%) dan bij middenvolwassenen (24%) en 55+'ers (19%).
- Er zijn geen verschillen tussen inkomensgroepen.

Meer uitgeven dan gewild aan een sociale activiteit kan negatieve gevolgen hebben zoals geldzorgen; maar ook positieve gevolgen zoals een gevoel van verbondenheid met de mensen met wie je de activiteit ondernam.

Wanneer mensen meer uitgeven dan gewild...

- ... maakt 15% zich vaak zorgen over geld.

- Bij jongvolwassenen (25%) en middenvolwassenen (20%) ligt dit percentage hoger dan bij 55+'ers (9%).

- Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage hoger (27%) dan bij mensen met midden- (12%) of hoge inkomens (11%).

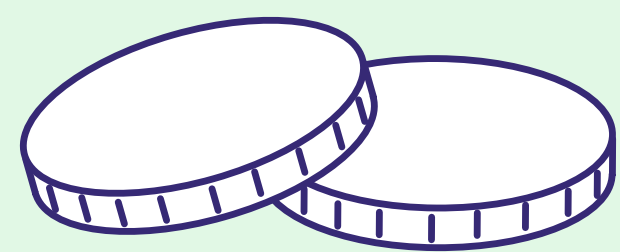
- ... voelt 20% zich vaak verbonden met anderen.

- Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (27%) dan bij middenvolwassenen (19%) en 55+'ers (18%).

- Er zijn geen verschillen tussen inkomensgroepen.

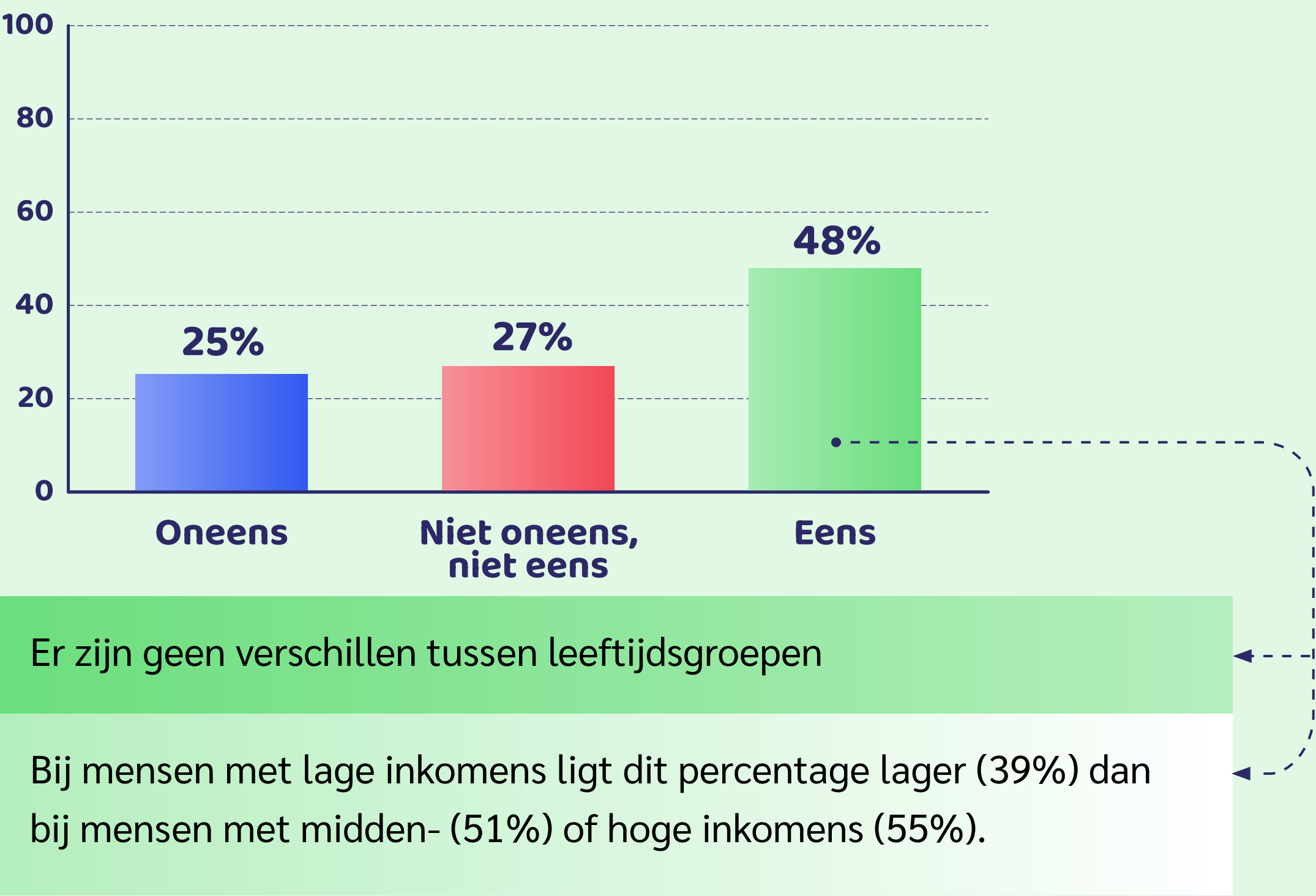
Vinden mensen achteraf dat het de uitgave waard was, wanneer ze meer uitgeven dan gewild?

- 48% van de mensen heeft nadat ze meer uitgaven dan gewild vaak het gevoel dat de uitgave het waard was.



Figuur 5 Mate waarin meer uitgeven dan gewild het waard was

Wanneer ik meer uitgeef aan een sociale activiteit dan ik eigenlijk wilde heb ik daarna vaak het gevoel dat dat het waard was.



Wanneer we kijken naar de samenhang met verbondenheid zien we dat:

- mensen die vaker een gevoel van verbondenheid overhouden als ze meer uitgeven dan gewild, vaker vinden dat de uitgave het waard was*.

Cognitieve dissonantie

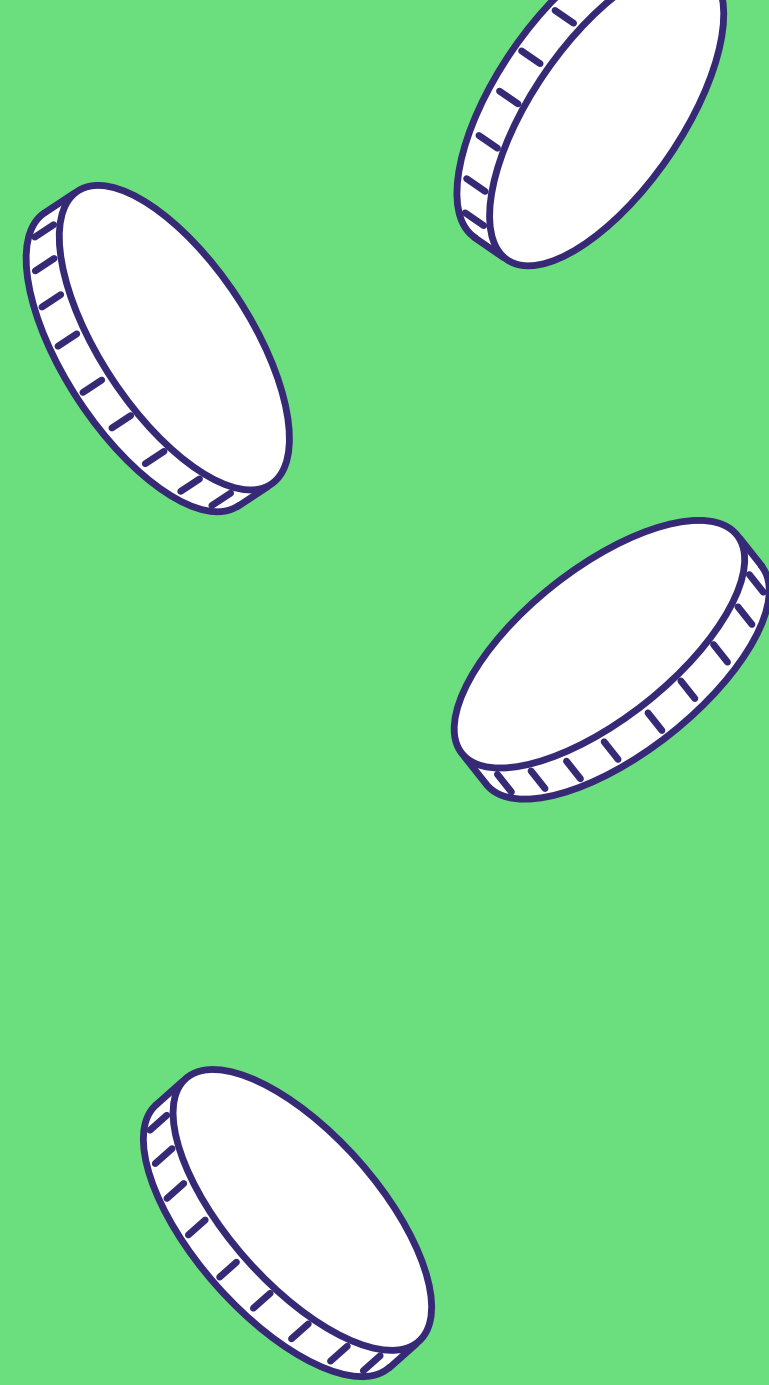
Mogelijk speelt cognitieve dissonantie^{h,i} een rol in hoe mensen hun uitgaven aan sociale activiteiten beoordelen. Mensen streven er doorgaans naar om consistent te zijn: ze willen dat hun gedrag in overeenstemming is met hun overtuigingen. Wanneer iemand geld uitgeeft aan iets dat hij of zij eigenlijk niet wilde, ontstaat er een conflict tussen gedrag en overtuiging.

Dit ongemakkelijke gevoel wordt cognitieve dissonantie genoemd. Om dit gevoel te verminderen, proberen mensen hun gedrag en overtuigingen weer met elkaar in overeenstemming te brengen. Aangezien het gedrag niet meer teruggedraaid kan worden, passen ze vaak hun overtuiging aan: achteraf bezien was de sociale activiteit zo leuk, dat het de uitgave toch waard was.

^h Festinger, 1957

ⁱ Harmon-Jones, 2019

* $r = .42, p < .001$



Deel 3

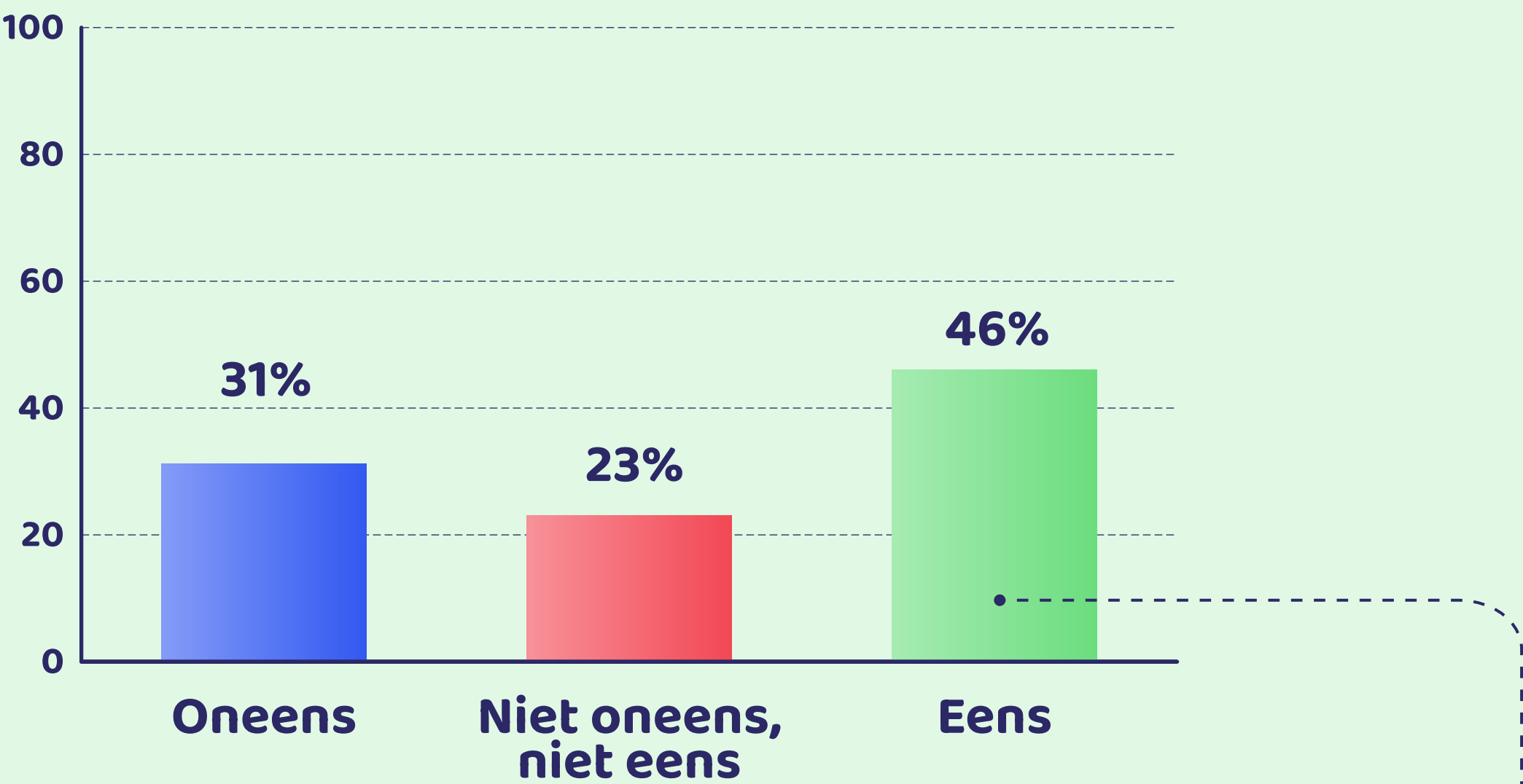
Kosten en baten

Welke positieve ervaringen hangen samen met sociale activiteiten die geld kosten?

- 46% zegt zich door sociale activiteiten die geld kosten verbonden te voelen met anderen.

Figuur 6 Mate van verbondenheid door sociale activiteiten die geld kosten

Door deel te nemen aan sociale activiteiten die geld kosten, voel ik me verbonden met anderen.



Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (53%) dan bij 55+’ers (44%).

Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage lager (42%) dan bij mensen met hoge inkomens (52%).

- 37% vindt deze activiteiten belangrijk om echt mee te kunnen doen in de maatschappij, 38% vindt dit niet.

Wanneer we kijken naar de samenhang, zien we dat:

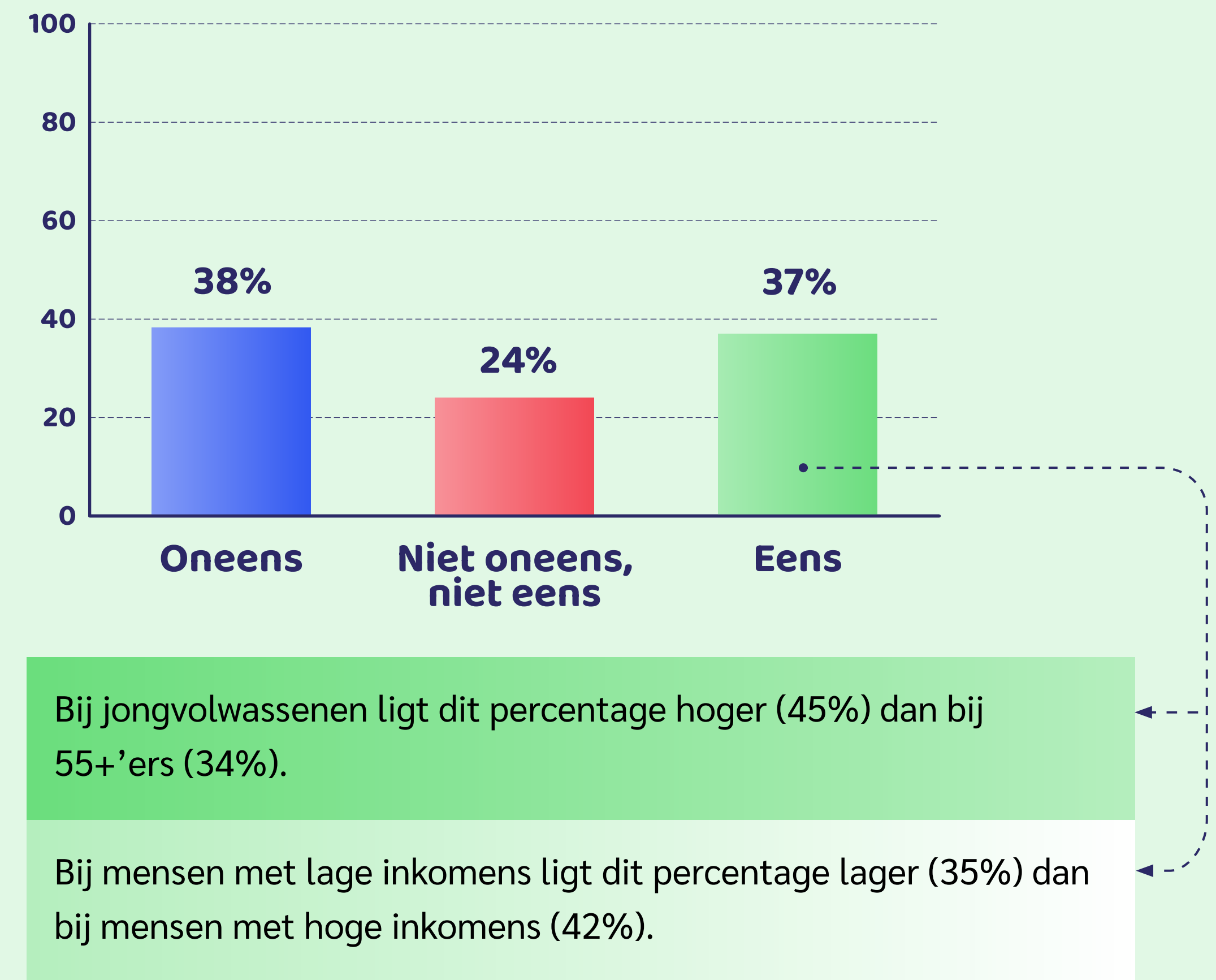
- mensen die zelf wel eens sociale activiteiten moeten overslaan vanwege de kosten, sterker ervaren dat die activiteiten wel echt nodig zijn om mee te doen in de maatschappij*.

Mogelijk onderschatten mensen voor wie de kosten geen belemmering zijn hoe belangrijk dergelijke sociale activiteiten zijn om mee te kunnen doen in de maatschappij.

* $r = .08, p < .001$

Figuur 7 Belang van sociale activiteiten die geld kosten voor meedoen in de maatschappij

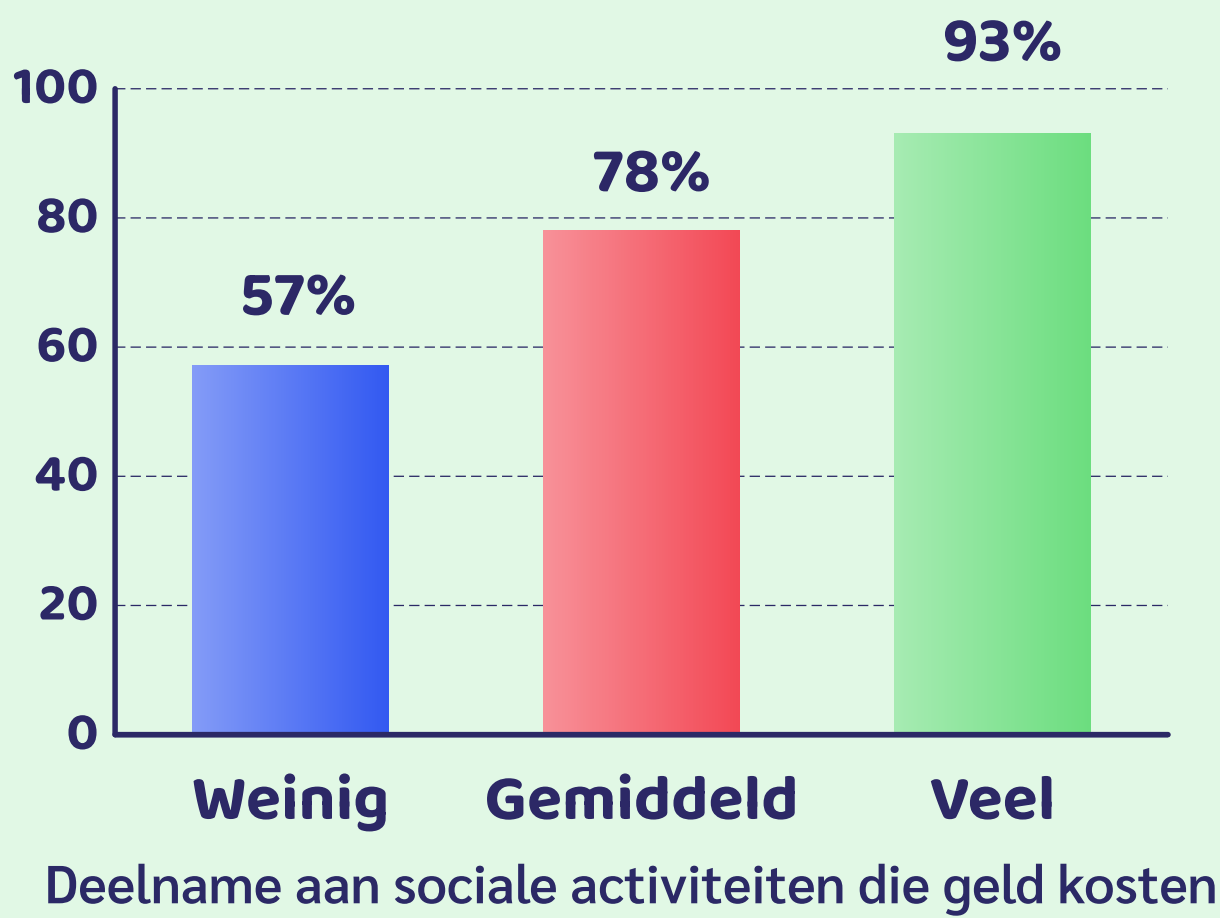
Om echt mee te kunnen doen in de maatschappij is het belangrijk om deel te nemen aan sociale activiteiten die geld kosten.



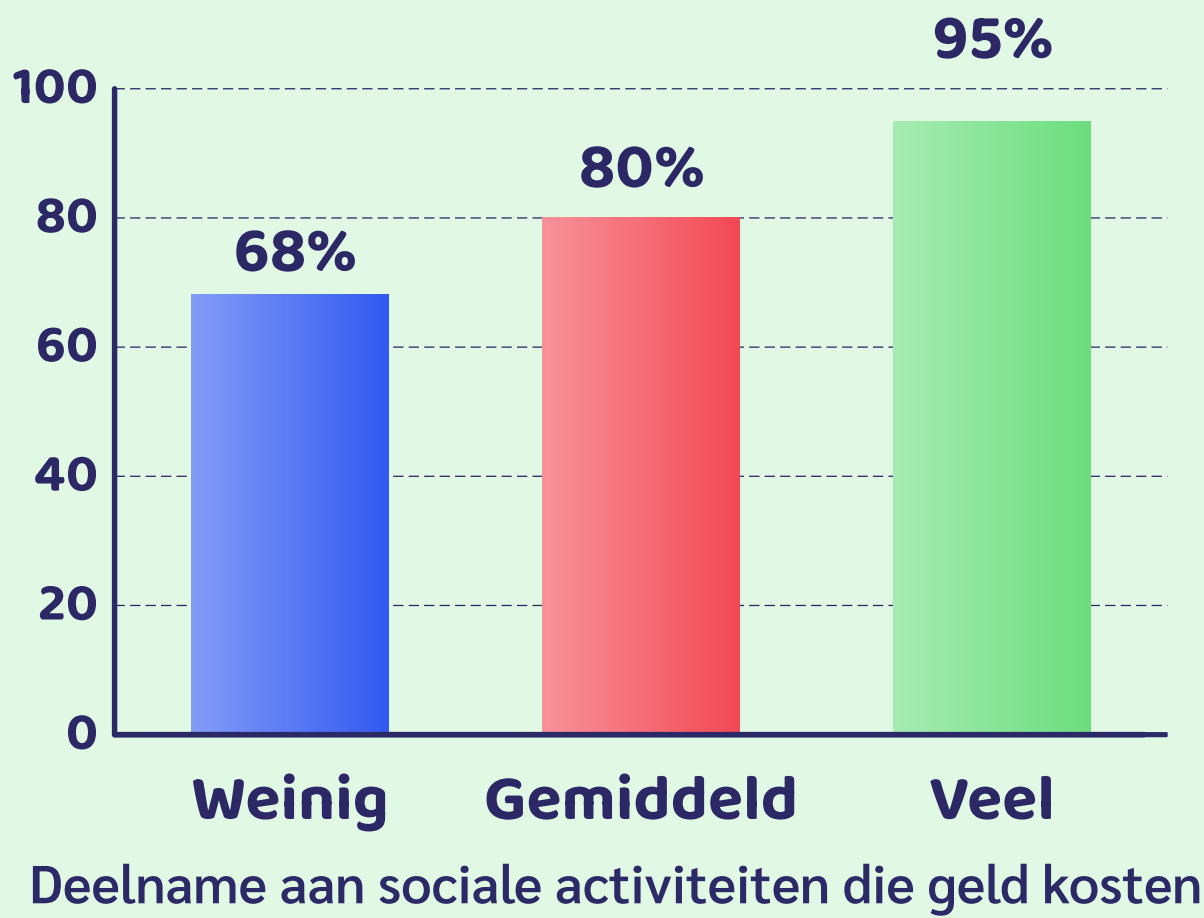
Een opsplitsing* in groepen die weinig, gemiddeld, of veel deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten, laat zien dat deelname positief samenhangt met sociale netwerken, levenstevredenheid, verbondenheid met de maatschappij.

Figuur 8 Mate van ervaren sociale netwerken (a), levenstevredenheid (b) en verbondenheid met de maatschappij (c), afhankelijk van de frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geld kosten.

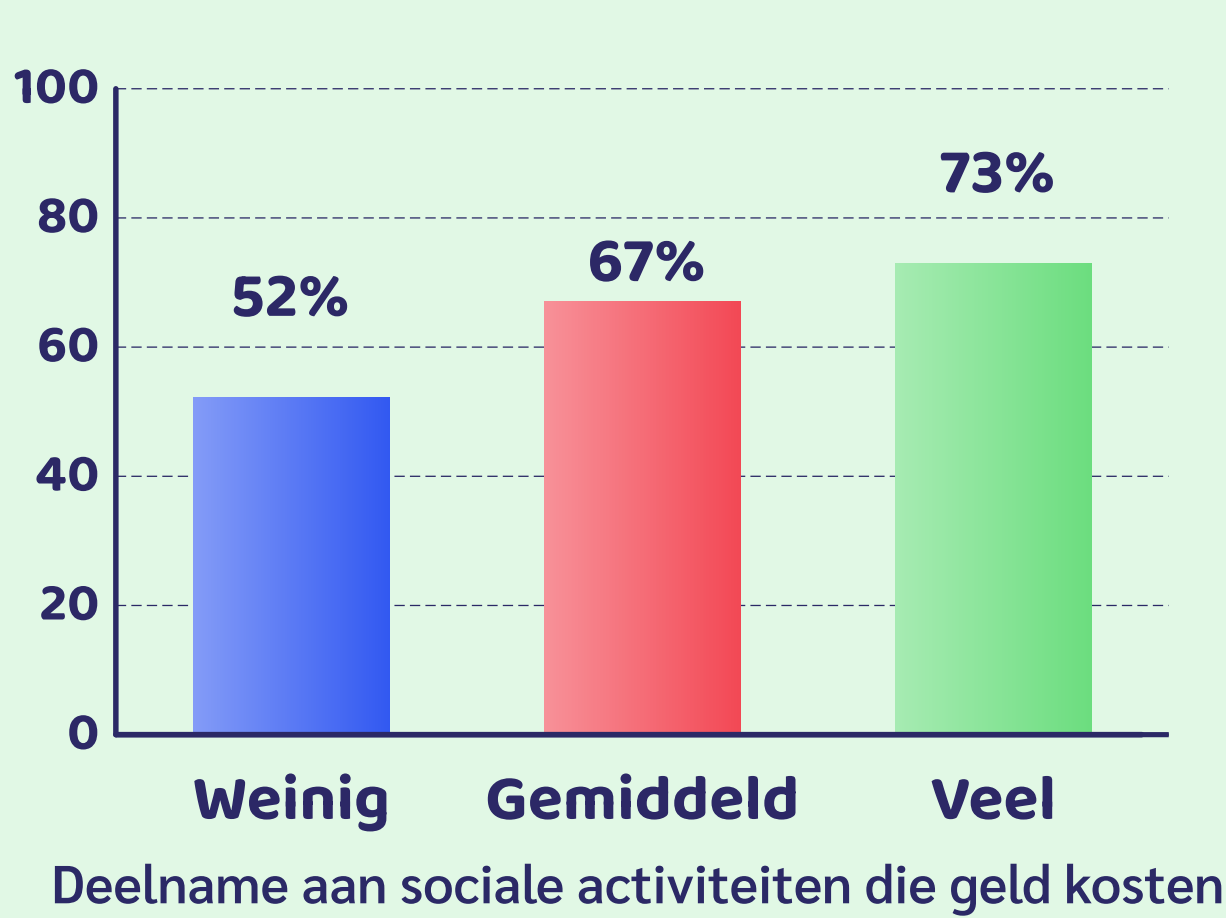
a. Ik heb een waardevol sociaal netwerk/ik heb mensen bij wie ik terecht kan voor hulp of steun**.



b. Over het algemeen ben ik tevreden met mijn leven.



c. Ik voel me verbonden met de Nederlandse maatschappij.



* We verdeelden deelnemers in groepen op basis van hun antwoord op de vraag hoe vaak ze deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten. Scores 1-2 (17%): weinig deelname, scores 3-5 (65%): gemiddelde deelname, scores 6-7 (17%): veel deelname.
** Voor het meten van het sociale netwerk zijn twee vragen gebruikt. Voor de analyses is de gemiddelde score gebruikt (Chronbach's $\alpha = .80$).

Er bestaan dus duidelijke verschillen tussen mensen die weinig, gemiddeld of veel deelnemen aan sociale activiteiten die geld kosten. Degenen die hier veel aan deelnemen, geven aan een sterker sociaal netwerk te hebben, meer levenstevredenheid te ervaren en zich sterker verbonden te voelen met de maatschappij*.

Het is belangrijk om te benoemen dat deelname aan activiteiten die géén geld kosten ook positief samenhangt met bovengenoemde factoren**.

* We hebben hier niet gekeken naar verschillen tussen leeftijds- en inkomensgroepen, omdat de groepsgroottes anders te klein werden.

** Levenstevredenheid: $r = .13, p < .001$; sterkte van het sociale netwerk: $r = .23, p < .001$; verbondenheid met de samenleving: $r = .09, p < .001$.



Welke negatieve ervaringen spelen er rond sociale activiteiten die geld kosten?

Gezien de positieve factoren die samenhangen met sociale activiteiten die geld kosten, is het belangrijk om te signaleren dat deelname niet voor iedereen vanzelfsprekend is.

- 10% geeft aan onvoldoende geld te hebben voor belangrijke sociale activiteiten.

- Bij jongvolwassenen ligt dit percentage hoger (14%) dan bij middenvolwassenen (9%) en 55+'ers (9%).

- Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage hoger (22%) dan bij mensen met middeninkomens (7%), en bij mensen met hoge inkomens ligt het percentage nog lager (3%) dan bij mensen met middeninkomens.

- 12% zegt wel eens sociale activiteiten te moeten overslaan vanwege de kosten.

- Er zijn geen verschillen tussen leeftijdsgroepen.

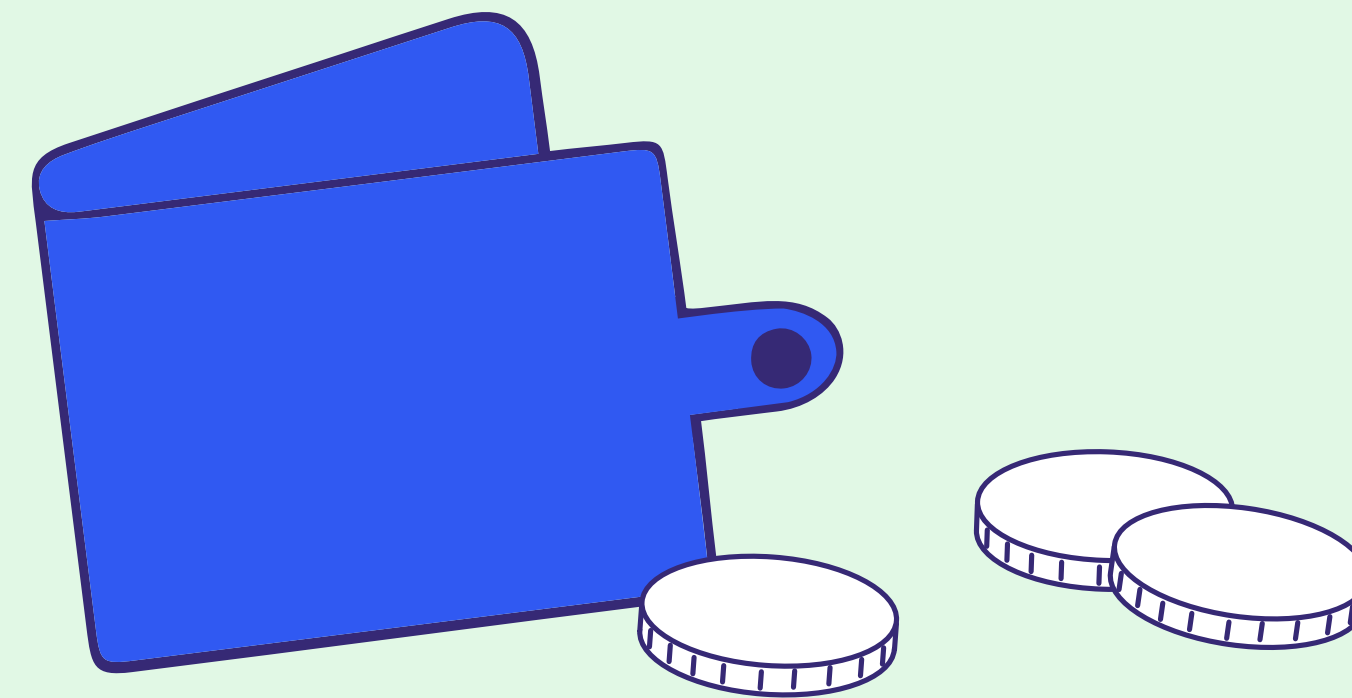
- Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage hoger (25%) dan bij mensen met middeninkomens (9%), en bij mensen met hoge inkomens ligt het percentage nog lager (4%) dan bij mensen met middeninkomens.

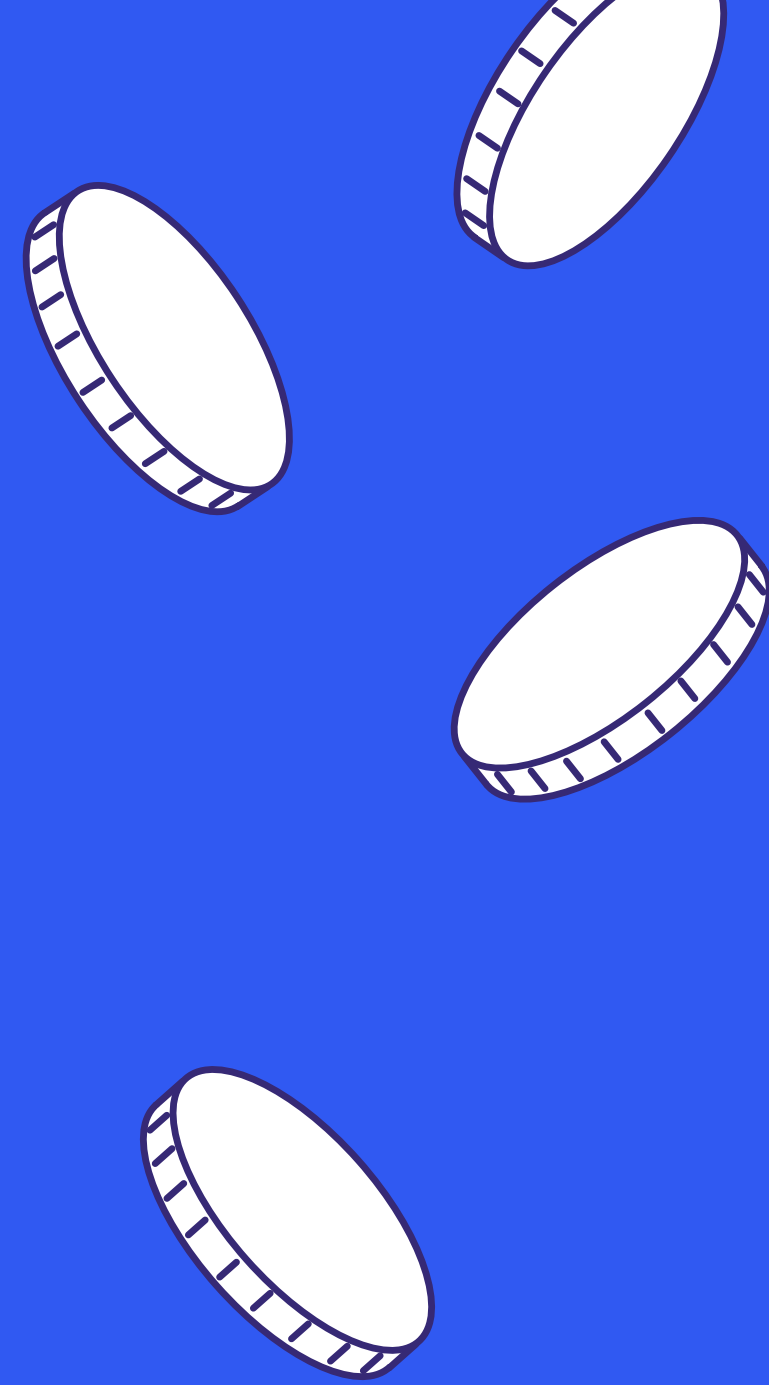
- 12% ervaart geldzorgen over de uitgaven aan sociale activiteiten.

- Bij jongvolwassenen ligt dit percentage (19%) hoger dan bij middenvolwassenen (13%), en bij 55+'ers ligt het percentage nog lager (9%) dan bij middenvolwassenen.

- Bij mensen met lage inkomens ligt dit percentage hoger (21%) dan bij mensen met midden- (11%) of hoge inkomens (7%).

Voorgaande factoren (onvoldoende geld voor, overslaan van, of geldzorgen door sociale activiteiten) overlappen maar deels. Voor bijna een kwart van de mensen (23%) speelt tenminste één van deze drie factoren tot op zekere hoogte. Vooral lage inkomensgroepen en jongvolwassenen zeggen de problemen te ervaren.





Onderzoeks- verantwoording

Vragenlijst

Deelnemers vulden onderstaande vragenlijst in.

Afspreken met familie, vrienden of kennissen kost soms geld. Bijvoorbeeld als u samen naar een restaurant of koffietentje gaat, samen gaat sporten of de bioscoop bezoekt. Ook kunt u geld uitgeven aan een cadeautje, of kosten maken voor vervoer, zoals de trein of benzine, om iemand te bezoeken. Natuurlijk kunt u ook zonder kosten te maken met anderen afspreken, bijvoorbeeld door iemand te bezoeken die in de buurt woont, of samen een wandeling te maken.

Dit zijn allemaal voorbeelden van sociale activiteiten, die soms geld kosten en soms niet. We zijn erg benieuwd naar uw mening over en ervaringen met dit soort sociale activiteiten. Er zijn geen goede of foute antwoorden.

- Denkt u eens terug aan enkele sociale activiteiten die geld hebben gekost. Geef een voorbeeld van zo'n sociale activiteit die geld kostte, waar u kort geleden aan hebt deelgenomen.

Hieronder staan enkele vragen over uw deelname aan sociale activiteiten. In de onderstaande vragen betekent 'zeer zelden' dat het slechts een paar keer per jaar of minder voorkomt, en 'zeer vaak' dat het dagelijks voorkomt.

- Hoe vaak neemt u deel aan sociale activiteiten die geld kosten?
- Hoe vaak slaat u sociale activiteiten over vanwege de kosten?
- Hoe vaak neemt u deel aan sociale activiteiten die geen geld kosten?

1 (zeer zelden) – 7 (zeer vaak)

Geef aan of u het eens of oneens bent met de volgende uitspraak.

- Ik heb voldoende geld om deel te nemen aan de sociale activiteiten die voor mij belangrijk zijn.
- Hoeveel geld geeft u gemiddeld per maand uit aan sociale activiteiten?

Het kan lastig zijn om dit precies te aan te geven, en het bedrag kan per maand verschillen. Een schatting van een gemiddeld bedrag per maand is daarom voldoende. Denk hierbij aan kosten zoals:

- eten en drinken buiten de deur
- reiskosten om familie of vrienden te bezoeken
- entree voor musea, bioscopen of pretparken
- lidmaatschap van een vereniging
- cadeaus
- alle andere kosten van sociale activiteiten.

1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens)

Wanneer u geld uitgeeft aan sociale activiteiten, dan kunt u daar verschillende gevoelens of ideeën over hebben. Geef aan in hoeverre u het eens of oneens bent met de uitspraken hieronder.

- Ik maak me zorgen over mijn uitgaven aan sociale activiteiten.
- Door deel te nemen aan sociale activiteiten die geld kosten, voel ik me verbonden met anderen.
- Om echt mee te kunnen doen in onze maatschappij, is het belangrijk om deel te kunnen nemen aan sociale activiteiten die geld kosten.

1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens)

Denkt u eens aan de sociale activiteiten die u onderneemt met anderen (zoals familie, vrienden, kennissen of buren) die geld kosten. Soms geeft u hier misschien meer aan uit dan gewild. Bijvoorbeeld wanneer iemand voorstelt om ergens wat te gaan eten of drinken, een rondje drankjes duurder uitvalt dan verwacht, of als er van u wordt verwacht dat u meedoet aan een dure activiteit of een cadeau meeneemt.

In de volgende vragen betekent ‘zeer zelden’ dat het slechts een paar keer per jaar of minder voorkomt, en ‘zeer vaak’ dat het dagelijks voorkomt.

- Het komt voor dat ik meer geld uitgeef aan een sociale activiteit dan ik had gewild.

*1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens) of
Niet van toepassing: ‘dit is bij mij nog nooit gebeurd’
(bij aanvinken van deze laatste optie worden
de volgende 5 vragen overgeslagen).*

- Wanneer ik meer uitgeef aan een sociale activiteit dan gewild, komt dat vaak doordat...
...ik druk van anderen voel om dit te doen
...ik er op dat moment niet goed over nadenk
- Wanneer ik meer uitgeef aan een sociale activiteit dan ik eigenlijk wilde...
...maak ik me daarna vaak zorgen over geld
...voel ik daarna vaak een verbondenheid met mensen
...heb ik daarna vaak het gevoel dat het het waard was

1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens)

Hieronder worden enkele algemene vragen gesteld.

In hoeverre beschrijven de onderstaande uitspraken wie u bent als persoon? Geef aan in hoeverre u het eens of oneens bent met de uitspraken hieronder.

- Ik vind het belangrijk dat anderen mij accepteren*.
- Ik ben snel gekwetst wanneer anderen mij niet accepteren*.
- Ik heb een waardevol sociaal netwerk.
- Ik heb mensen bij wie ik terecht kan voor hulp of steun.
- Over het algemeen ben ik tevreden met mijn leven.

1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens)

Tot slot staan hieronder twee uitspraken over de Nederlandse maatschappij. Hiermee bedoelen we alle mensen in Nederland en de regels, normen en waarden die zij samen delen. Ook verschillende organisaties en

* Deze uitkomsten van deze vragen worden in deze rapportage niet besproken.

instellingen horen hierbij, zoals scholen, de overheid, de media en buurtprojecten. De maatschappij bestaat dus uit al deze dingen samen.

Geef aan in hoeverre u het eens of oneens bent met de volgende uitspraken:

- Ik voel me verbonden met de Nederlandse maatschappij.
- Ik voel me buitengesloten door de Nederlandse maatschappij.

1 (helemaal mee oneens) – 7 (helemaal mee eens)

Statistieken

Correlaties

In deze rapportage benoemen we de verbanden tussen twee factoren als we deze met een Pearson correlatietoets hebben aangetoond. Deze toets geeft aan hoe sterk twee factoren samenhangen (de r -waarde van -1 tot +1), en of dat verschil statistisch significant is (de p -waarde). De r - en p -waardes staan steeds in de voetnoot op de betreffende pagina vermeld.

Bij een positieve correlatie ($r > 0$) stijgt de ene factor (bijv. levenstevredenheid) als de andere ook stijgt (bijv. deelname aan sociale activiteiten). Bij een negatieve correlatie ($r < 0$) daalt de ene factor (bijv. gevoel van buitensluiting) als de andere stijgt (bijv. deelname aan sociale activiteiten). Hoe dichterbij de 0, hoe kleiner het effect – hoe dichterbij de 1 (of -1), hoe sterker het positieve (of negatieve) effect.

Een correlatie laat zien dat twee factoren samenhangen; maar zegt niks over wat de oorzaak of het gevolg is.

Grafieken in het rapport

Voor het gemak van de interpretatie vermelden we in het rapport, in plaats van het gemiddelde op een 7-puntsschaal, steeds het percentage mensen dat het ‘eens’ is (hoger dan 4 op een schaal van 1 [helemaal mee oneens] tot 7 [helemaal mee eens]); of aangeeft iets ‘vaak’ te doen (hoger dan 4 op een schaal van 1 [zeer zelden] tot 7 [zeer vaak]).

Verschillen tussen groepen op het % 'eens' of % 'vaak'

In deze rapportage benoemen we alleen verschillen tussen groepen (bijv. inkomensgroepen) die met een statistische toets zijn aangetoond.

Percentages 'eens' of 'vaak' werden tussen groepen vergeleken met een logistische regressie. Alleen wanneer deze toets een significant verschil aantoonde, hebben we met een Chi-kwadraattoets gekeken welke subgroepen precies van elkaar verschilden. Niet-significante verschillen worden niet genoemd. De p -waarde (die de significantie aangeeft) van de Chi-kwadraattoets wordt voor elk genoemd verschil gerapporteerd op pagina's 41 t/m 44.

Voor verschillen op de continue variabele 'geschatte maandelijkse uitgaven aan sociale activiteiten' is met een oneway ANOVA getoetst of er verschillen tussen groepen bestaan. Na de significante uitkomsten onderzochten we met contrast-analyses welke verschillen tussen groepen

significant waren. De p -waarde van de contrasten wordt voor elk genoemd verschil gerapporteerd op pagina's 41 t/m 44.

Check met continue data

De precieze indeling in groepen is altijd arbitrair: jongvolwassen definiëren we hier bijvoorbeeld als 18 - 34 jaar; maar dit had ook 18 - 30 jaar kunnen zijn. Daarom is voor elk verschil tussen groepen dat we rapporteren ook getoetst of hetzelfde verband zichtbaar is als de variabelen niet in groepen zijn opgesplitst (d.w.z., de correlatie tussen de continue variabelen). Dit was steeds het geval.

Statistieken per pagina

Hoe vaak nemen mensen deel aan sociale activiteiten die geld kosten? En hoe vaak aan kosteloze sociale activiteiten? *pagina 18-19*

Net zoals in de Nationale Monitor Geldzorgen en verschillende OECD-publicaties^{10,11} bestaat de groep lage inkomens in dit rapport uit het eerste kwartiel. De groep middeninkomens bestaat uit het tweede en derde kwartiel en de groep hoge inkomens uit het vierde kwartiel. Voor het standaardiseren van het netto huishoudensinkomen is dit getal gedeeld door de wortel van de huishoudgrootte. Er wordt daarbij geen onderscheid gemaakt tussen kinderen en middenvolwassenen.

Deelname aan sociale activiteiten die geld kosten

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .050$
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Deelname aan sociale activiteiten die geen geld kosten

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Geen significante verschillen
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Geen significante verschillen

Hoeveel geld denken mensen uit te geven aan sociale activiteiten? *pagina 20*

Statistische uitschieters (meer dan 3 keer de standaarddeviatie boven het gemiddelde) hebben we in de analyse van de uitgaven buiten beschouwing gelaten, zodat ze het beeld niet vertekenen. Dit waren deelnemers die hun uitgaven zeer hoog inschatten.

Uitgaven absoluut

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Genoemde contrasten zijn significant met $ps < .003$

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Genoemde contrasten zijn significant met $ps < .001$

Uitgaven als deel van inkomen

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Genoemde contrasten zijn significant met $ps < .001$

Geven mensen wel eens meer uit dan gewild aan sociale activiteiten? *pagina 22*

Frequentie van meer uitgeven dan gewild

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Geen significante verschillen

Waarom geven mensen meer uit dan gewild, en wat zeggen ze als gevolg daarvan te ervaren? *pagina 23-24*

Groepsdruk

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .050$

Onnadenkendheid

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***

Geen significante verschillen

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .006$

Geldzorgen

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

- ***Onderscheid per inkomensgroep***

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Verbondenheid

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .020$
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Geen significante verschillen

Vinden mensen achteraf dat het de uitgave waard was, wanneer ze meer uitgeven dan gewild? pagina 25-26

Vinden mensen het het achteraf waard

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Geen significante verschillen
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Welke positieve ervaringen hangen samen met sociale activiteiten die geld kosten? pagina 28-31

Verbondenheid

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .020$
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .010$

Meedoen in de maatschappij

- **Onderscheid per leeftijdsgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .002$
- **Onderscheid per inkomensgroep**
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .050$

Sociale netwerk afhankelijk van frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geld kosten

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Levenstevredenheid afhankelijk van frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geld kosten

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Verbondenheid samenleving afhankelijk van frequentie van deelname aan sociale activiteiten die geld kosten

Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .040$

Welke negatieve ervaringen spelen er rond sociale activiteiten die geld kosten? *pagina 32-33*

Onvoldoende geld

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .050$
- ***Onderscheid per inkomensgroep***
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .01$

Moet sociale activiteiten overslaan vanwege de kosten

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***
Geen significante verschillen.
- ***Onderscheid per inkomensgroep***
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .01$

Zorgen over uitgaven

- ***Onderscheid per leeftijdsgroep***
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .050$
- ***Onderscheid per inkomensgroep***
Genoemde verschillen zijn significant met $ps < .001$

Referenties

- a. Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- b. Stewart, M. J., Makwarimba, E., Reutter, L. I., Veenstra, G., Raphael, D., & Love, R. (2009). Poverty, sense of belonging and experiences of social isolation. *Journal of Poverty*, 13, 173-195.
<https://doi.org/10.1080/10875540902841762>
- c. Van Gaalen, C., & Wieman, G. (2024). *Rapport gemeentelijk minimabeleid (2024)*. Nibud. <https://www.nibud.nl/onderzoeksrapporten/rapport-gemeentelijk-minimabeleid-2024/>
- d. Spoor, J. & Williams, K. D. (2007). The evolution of an ostracism detection system. In: Forgas, J. P., Haselton, M. G., & Von Hippel, W. (Eds.), *Evolution and the social mind: Evolutionary psychology and social cognition*, 279-292. Psychology Press.
<https://doi.org/10.4324/9780203837788>
- e. Shah, A. K., Mullainathan, S., & Shafir, E. (2012). Some consequences of having too little. *Science*, 338, 682-685.
<https://doi.org/10.1126/science.1222426>
- f. Noordewier, M. K., Doolaard, F. T., Lelieveld, G.-J., Van Dijk, E., Hilbert, L. P., Marr, S., Van Beest, I., Gallucci, M., & Van Dijk, W. W. (2025). A longitudinal study on the association between financial scarcity and feelings of societal exclusion. *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, 114, 102319.
<https://doi.org/10.1016/j.socec.2024.102319>
- g. Böhnke, P. (2008). Are the poor socially integrated? The link between poverty and social support in different welfare regimes. *Journal of European Social Policy*, 18, 133-150.
<https://doi.org/10.1177/0958928707087590>
- h. Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- i. Harmon-Jones, E. (Ed.). (2019). *Cognitive dissonance: Reexamining a pivotal theory in psychology*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000135-000>
- j. OECD. (2008). *Growing unequal? Income distribution and poverty in OECD countries*. OECD. https://www.oecd.org/en/publications/growing-unequal_9789264044197-en.html
- k. OECD. (2011). *Divided we stand: Why inequality keeps rising*. OECD. <https://doi.org/10.1787/9789264119536-en>

Dit is een uitgave van

 **Wijzer in geldzaken**

 Kenniscentrum
Psychologie en
Economisch Gedrag