

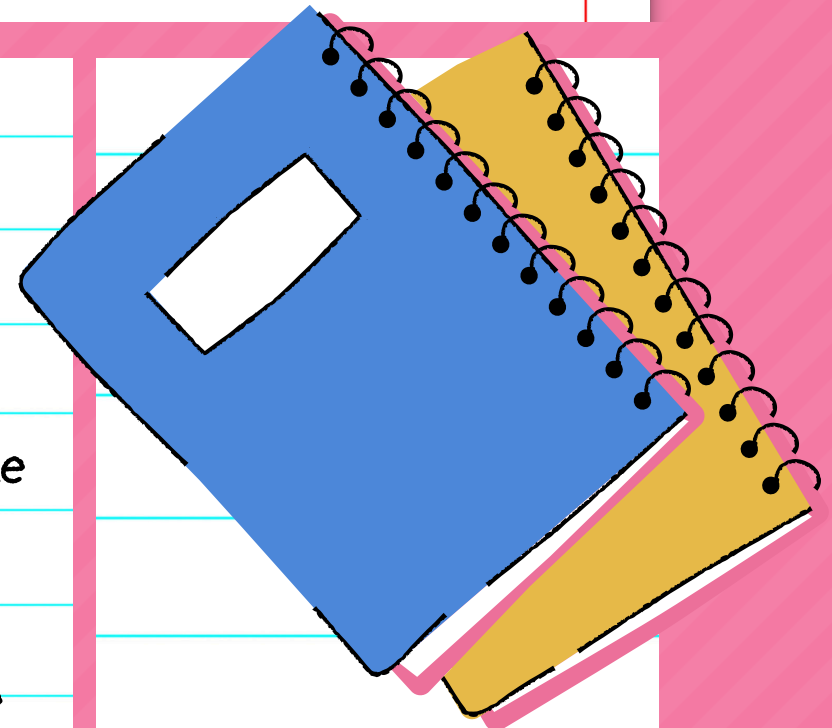
# Tussen Stress en bestaanszekerheid

Ginger Wouters

01

## Wat?

De scriptie onderzocht waardoor deelnemers aan de Instapeconomie in Den Haag meer of minder stress ervaren. Daarbij is gekeken naar geldzorgen (zoals moeite met rondkomen) en naar hulpbronnen in het dagelijks leven, zoals structuur in de dag en sociale contacten. Ook is onderzocht of stress verschilt tussen mensen die kort meedoen en mensen die al langer meedoen, om beter te begrijpen waar stressverschillen vandaan komen.



Hoe?

02



Voor het onderzoek is een vragenlijst gebruikt die is ingevuld door deelnemers. Zij gaven aan hoeveel stress ze hebben, of ze geldzorgen ervaren, of het instapwerk helpt om structuur in hun dag te krijgen en hoe vaak ze contact hebben met andere mensen. Met berekeningen is daarna gekeken welke van deze dingen te maken hebben met stress en of ze kunnen uitleggen waarom sommige deelnemers meer stress ervaren dan anderen.

03

## Conclusies

De resultaten laten zien dat stress vooral te maken heeft met hoe mensen hun geldsituatie beleven en of het instapwerk helpt om structuur in de dag te brengen. Mensen die al langer meedoen ervaren gemiddeld minder stress, maar dit verschil is maar voor een klein deel te verklaren door geldzorgen of sociale factoren. Dat betekent dat ook andere persoonlijke omstandigheden in het leven invloed hebben op stress.

