Stadt Zürich
Schuldenprävention

Finanzielle Selbstbestimmung fördern – psychische Gesundheit stärken

Mitgliederanlass Netzwerk Psychische Gesundheit
16. Januar 2025
Nicole Gysin

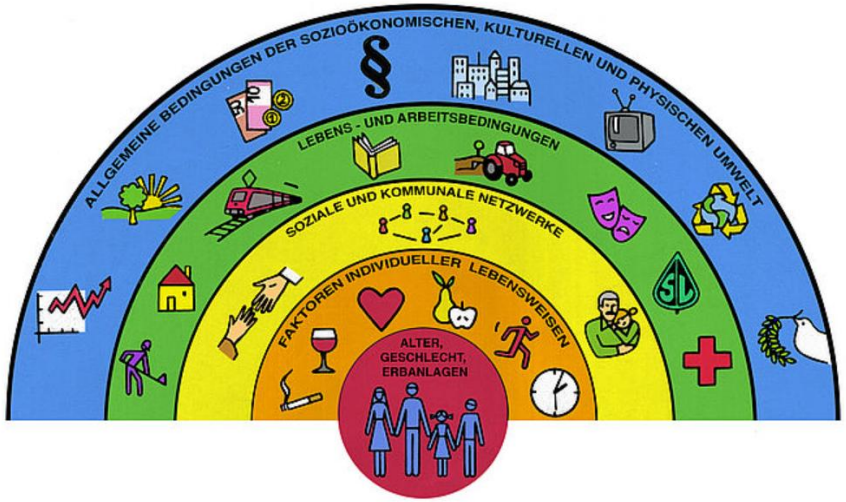
Schuldenprävention Stadt Zürich

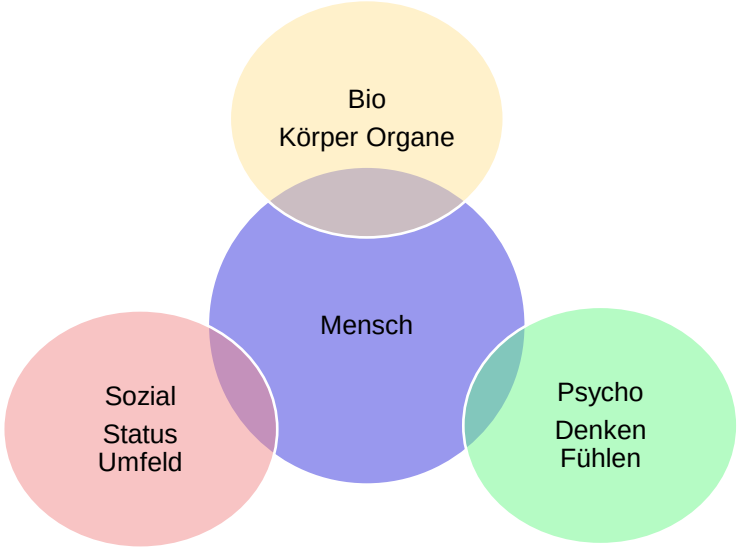
Vision
Menschen leben selbstbestimmt und gesund – ohne Geld-Sorgen.

Strategie
Wir schaffen und fördern Strukturen, die Schulden vermeiden. Wir stärken Menschen in einem selbstbestimmten Umgang mit Geld.

Warum Schuldenprävention?

- **1979 Salutogenese**: Zustand des Menschen auf einem Kontinuum zwischen Krankheit und Gesundheit
- **1991 Regenbogenmodell** mit den Gesundheitsdeterminanten
- **1977 bio-psycho-soziales Gesundheitsmodell**





Schulden und Gesundheit – sozialer Aspekt

- Ausgrenzung aus der Gesellschaft
- Die Sorge um die Überschuldung führt zu mehr **sozialer Einsamkeit** (Loibl 2021)
- Ein Eintrag im Betreibungsregisterauszug macht die **Wohnungs- und Jobsuche schwierig** und ist **Hinderungsgrund für eine Einbürgerung**
- Überschuldung ist ein Risiko-Faktor für **Kriminalität**, insbesondere Rückfallkriminalität (van Beek et al. 2021)

Schulden und Gesundheit – biologischer Aspekt

- Genug Geld ist eine Voraussetzung für eine **gesunde Ernährung** (Münster 2024)
- Wenig Geld ist ein Grund für den **Verzicht auf Gesundheits-Leistungen** (Kessler et al. 2021)
- Finanzieller Stress beeinflusst die **Gesundheit negativ** bei einer Krebs-Therapie (Scheidegger et a. 2023)
- Überschuldung korreliert mit einer **tieferen Lebenserwartung** (Clayton et al. 2014)

Schulden und Gesundheit – psychischer Aspekt

- Menschen in Überschuldung geben **häufiger mentalen Stress, Schlafstörungen und Symptome einer Depression** an als die Allgemeinbevölkerung (Hämmig & Herzig 2022)
- Überschuldung erhöht das **Suizid-Risiko** (Rojas 2022)
- Prekäre finanzielle Verhältnisse können zu **einer Suchterkrankung** führen (Frei et al. 2024)
- Schulden beeinflussen das **subjektive Wohlbefinden** negativ (Coste 2024)

Aus welchen Gründen kommt es zur Verschuldung?

Beständige situative Faktoren

Bildung, Erziehung, Job, Umfeld (z.B. Kreditkultur, …), Finanzielle Möglichkeiten (z.B. eigene Ersparnisse, …) , …

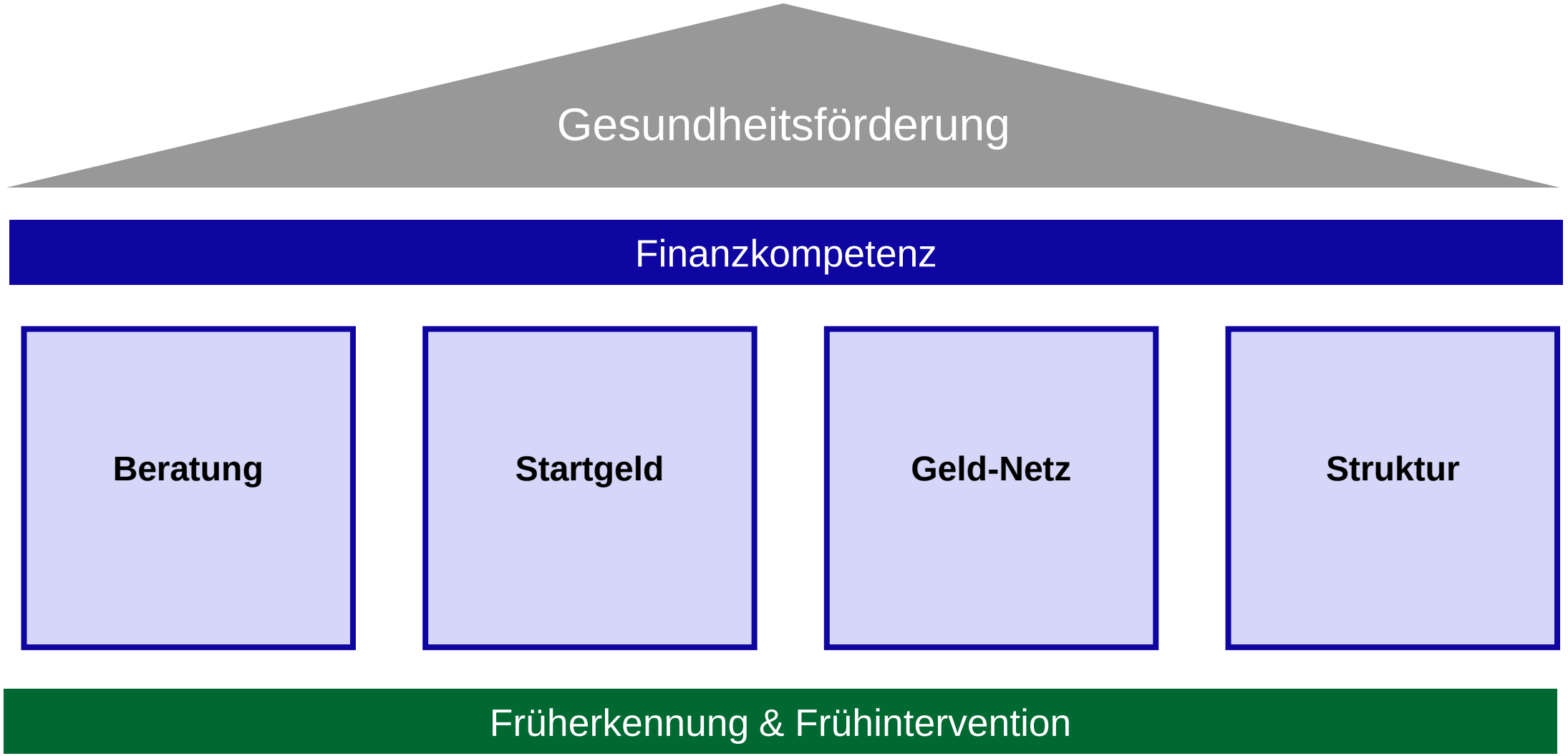
Psychologische Faktoren

Ich kann warten. Ich mag mich, so wie ich bin. Ich kann mit Geld umgehen. …

Kritische Lebensereignisse

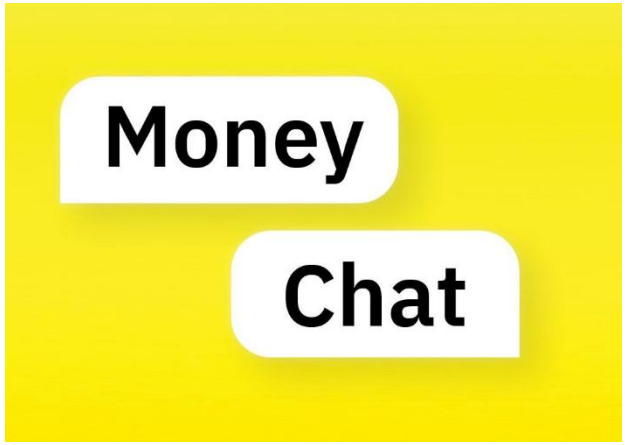
Unfall, Scheidung, Arbeitslosigkeit, Krankheit, Familiengründung, Auszug von Zuhause, …

Vier Programme



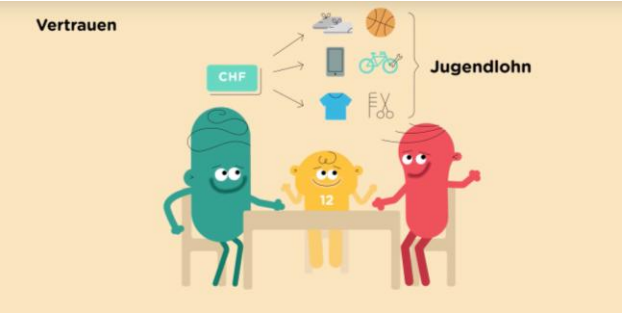
Programm Beratung - Money Chat

www.moneychat.ch



- **Zielgruppe:** Alle Menschen, die Fragen rund ums Thema Geld haben.
- Niederschwellige und kostenlose Beratung zu Geldthemen per Chat.
- Informationen im Wissensbereich zu Geldthemen in einfacher Sprache.
- Flyer und Plakate, um das Angebot zu bewerben.

Programm Startgeld - Jugendlohn



- **Zielgruppe:** Eltern und Erziehungsberechtigte und ihre Kinder ab 12 Jahren.
- Die Jugendlichen müssen mit dem Jugendlohn gewisse Dinge selber bezahlen.
- Fördert die adaptive Problemlösungsfähigkeit, stärkt das Selbstvertrauen und das Kohärenzgefühl von Jugendlichen.

https://www.youtube.com/watch?v=zD8zGaFqdnU

Programm Struktur - Geldgeschichten

- **Zielgruppe:** gesamte Gesellschaft und Öffentlichkeit
- Zeigt Menschen und ihre persönliche Geldgeschichte.
- Soll das Tabu brechen, das nicht über Geld gesprochen wird.
- Soll die vielen verschiedenen Aspekte zeigen, die Geldgeschichten haben können.

Programm Geld-Netz - Newsletter/Geldpresse

- **Zielgruppe:** Fachpersonen aus dem Sozialbereich, HR, Gesundheitswesen, Verwaltung usw.
- Die Geld-Presse liefert aktuelle und einfache Infos rund um das Thema Geld. Wissenswertes, Veranstaltungen, Zusammenhänge, Handlungsanleitungen usw.
- Erscheint ca. 4-mal jährlich
- **Bei Interesse bitte einschreiben**

Take Home Messages

Schuldenprävention und ihre Arbeit und der Zusammenhang von Schulden und Gesundheit muss bekannter werden.

– Mehr Zusammenarbeit und Vernetzung nötig

– Mehr Forschung notwendig

-> Bitte für die Geldpresse einschreiben

Vielen Dank.

Gerne beantworten ich nun offene Fragen.

Literatur

- **Krebs**: Scheidegger, A., Bernhardsgrütter, D., Kobleder, A., Müller, M., Nestor, K., Richle, E., & Baum, E. (2023). Financial toxicity among cancer survivors: A conceptual model based on a feedback perspective. *Supportive Care in Cancer*, *31*(10), 618. https://doi.org/10.1007/s00520-023-08066-x
- **Lebenserwartung**: Clayton, M., Liiares-Zegarra, J. M., & Wilson, J. O. S. (2014). Can Debt Affect Your Health? Cross Country Evidence on the Debt-Health Nexus. *SSRN Electronic Journal*. https://doi.org/10.2139/ssrn.2429025
- **Suizidalität**: Meltzer, H., Bebbington, P., Brugha, T., Jenkins, R., McManus, S., & Dennis, M. S. (2011). Personal debt and suicidal ideation. *Psychological Medicine*, *41*(4), 771–778. https://doi.org/10.1017/S0033291710001261
- **Ernährung**: Münster, E. (2024, September). III. 3 Sozialmedizin und Gesundheitsförderung: Auswirkungen von Überschuldung auf Gesundheit und Ernährung. In *Überschuldungsforschung* (pp. 267-276). Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG.
- **Mentale Gesundheit**: Herzig, Joanna, J., & Hämmig, O. (2022, März 28). *Over-indebtedness, mastery and mental health: A cross-sectional study among over-indebted adults in Switzerland*. Swiss Medical Weekly.
- **Medizinische Konsultationen**: Kessler, D., Höglinger, M., Heiniger, S., Läser, J., & Hümbelin, O. (2021). *Gesundheit von Sozialhilfebeziehenden – Analysen zu Gesundheitszustand, -Verhalten, -Leistungsinanspruchnahme und Erwerbsreintegration. Schlussbericht zuhanden Bundesamt für Gesundheit.* Berner Fachhochschule, Zücher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- **Sucht**: Frei, P., Stortz, C., Kuendig, H., & Palazzo, S. (2024). *Bericht für Fachpersonen zum Pilotprojekt «Dualproblematik Suchterkrankungen und prekäre Finanzen»*. Fachverbände: Sucht-, Budget-, Schuldenberatung.

Literatur

- **Schlafstörungen**: Hämmig, O., & Herzig, J. (2022). Over-indebtedness and health in Switzerland: A cross-sectional study comparing over-indebted individuals and the general population. *PLOS ONE*, *17*(10), e0275441. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275441
- **Suizidalität**: Rojas, Y. (2022). Financial indebtedness and suicide: A 1-year follow-up study of a population registered at the Swedish Enforcement Authority. *International Journal of Social Psychiatry*, *68*(7), 1445–1453. https://doi.org/10.1177/00207640211036166
- **Einsamkeit**: Loibl, C., Drost, M. A., Huisman, M., Suanet, B., Bruin, W. B. de, McNair, S., & Summers, B. (2022). Worry about debt is related to social loneliness in older adults in the Netherlands. *Ageing & Society*, *42*(12), 2869–2891. https://doi.org/10.1017/S0144686X21000325
- **Kriminalität**: van Beek, G., de Vogel, V., & van de Mheen, D. (2021). The relationship between debt and crime: A systematic and scoping review. European Journal of Probation, 13(1), 41–71. https://doi.org/10.1177/2066220320964896
- **Subjektives Wohlbefinden**: Coste, T., Henchoz, C., & Wernli, B. (2020). Debt and Subjective Well-Being: Does the Type of Debt Matter. Swiss Journal of Sociology, 46(3), 445–465.