

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | Nou ja dankjewel dat je mee moet doen aan het onderzoek. Het gaat wat ik al zei over het managemen van je persoonlijke financiën voor mensen met burn out en depressie. Je deelname is geheel anoniem. Zoals al gezegd neem ik dit interview op maar ik gooi de video of de audio meteen weg nadat ik het transcriptie heb gemaakt. Goed om te weten. Je kan elk moment stoppen met het interview wanneer je niet comfortabel voelt. Het interview bestaat uit 3 gedeeltes eerst een introductie. Dat is eigenlijk gewoon wat standaard vragen. Daarna heb ik wat vragen over jouw ervaringen, en daarna heb ik wat scenario's waar ook schermen bij gemaakt zijn. En dan vraag ik jouw mening hierover. De eerste vraag wat is jouw leeftijd? | | | |
| | 26 | | | |
| | En wat doe je in het dagelijks leven? | | | |
| | Gewoon niet Alleen werk, maar gewoon van alles of. | | | |
| | Ja, wat jij wil? | | | |
| | Sportschool, dat vooral eigenlijk want. Ik heb geen werk en school. Op dit moment, volgende week, volgende week weer werk. | | | |
| | Wat ga je volgende week doen? | | | |
| | Een keer per week cursus Barberschool, oh, en twee keer per week, heb ik therapie. | | | |
| | Wat is je hoogst genoten opleiding? | | | |
| | Vmbo-t | | | |
| | Ben je gediagnosticeerd met burn out of depressie? | | | |
| | Depressie | | | |
| | Ben je nog gediagnosticeerd met andere cognitieve? Of ja, dissabillities? | | | |
| | Ja met borderline | | | |
| | Borderline check lijd je nog steeds aan de depressie? | | | |
| | Wacht heel even wacht even. Wacht even Ik zoek de stroom. Oké ja. | | | |
| | Lijd je nog steeds aan depressie? | | | |
| | Nee, Ik heb geen depressie meer. | | | |
| | Oké en de borderline? | | | |
| | Ja, die heb ik nog wel. | | | |
| | Heb je hetzelfde inkomen gehouden gedurende je depressie? | | | |
| | Nee, nee, want ik ging de ziekte wet in. | | | |
| | Ziekte wet oké, dus jij hebt wel gewerkt gedurende depressie? | | | |
| | Een deel wel en een deel niet | | | |
| | En ben je zelf gestopt? | | | |
| | Of ik zelf de keuze gemaakt heb om te stoppen? | | | |
| | Ja om te stoppen. | | | |
| | Ja, Ik heb een soort ja wel de keuzes ook gemaakt om even te stoppen met werken Omdat het niet ging. En dit deed ik trouwens met de bedrijfsarts samen. | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Tiredness>Alterations in sleep patterns>Sleep more | OK. Check nou, dat waren eigenlijk introductiefase. We gaan nu naar vragen over jouw ja over jouw ervaringen. Wat betekend depressie voor jou? En welke symptomen kwamen we bij jou het meest voor? | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Be not physically able to perform light tasks | Heel erg moe. Ik was bijna de hele dag moe en veel slapen soms wel 15 uur per dag. Ook gewoon weinig energie voor dingen, weinig concentratie. Heel somber soms ook echt een leeg gevoel een tijd lang heel erg leeg. En ja alleen maar somber voelen, maar dat je ook gewoon niks meer kan. | | | |
| Cognitive manifestations.>Cognitive performance>Impaired work memory and concentration>Not able to focus on a task | Je hebt geen concentratie meer en je bent overal te moe voor. | | | |
| | Er waren ook veel momenten dat ik veel moest huilen ja en je gewoon waardeloos voelen, heel onzeker, slecht in je vel natuurlijk zitten. | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Be not physically able to perform light tasks | En het ergste vond ik toch wel dat ik geen energie meer had. Gewoon soms op slechte dagen de hele dag in bed zitten. | | | |
| | Je energie dus | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Be not physically able to perform light tasks | Ja het uit bed komen was soms al een hele strijd om een douche te pakken dus ja. | | | |
| | Check En hoe limiteerde deze symptomen je in het dagelijks leven? | | | |
| Emotion>Negative affect interperatation and processing>Fear>Fear or panic | Soms wel de deur uit maar dan zat ik heel erg met mijn gedachtes, | | | |
| Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Negative social cognition>Social darkness>Social darkness towards companies | Ja vooral heel somber, heel moe, ook heel erg. | | | |
| Motivational manifestations.>Suicidality | een gedeelte van de depressie nam ik ook suïcidaal gedrag aan. | | | |
| Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Negative social cognition>Social darkness>Social darkness towards companies | Weet je wel als je op straat loopt gaat dat gewoon door je hoofd. Ik voelde me niet echt fijn rond mensen en wilde me afsluiten gewoon in een donkere kamer alleen in bed liggen, ook omdat ik heel erg moe was en nergens meer energie en zin in had voor had. | | | |
| Motivational manifestations.>Don't care anymore | Over het algemeen probeerde ik wel van alles, Maar ik moest stoppen met werken en school. | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Be not physically able to perform light tasks | Ik heb wel therapie hiervoor gevolgd maar het ging zo slecht dat ik niet mijn bed kon uitkomen. Als de wekker om 8 uur ging dan kon ik niet eens fysiek wakker worden. Dus ja, dat heeft wel impact gehad Natuurlijk op mijn dagelijks leven. | | | |
| | Ja, absoluut. Die depressie. Even je soms wel eens een negatieve uitkomsten gegeven van acties die je hebt gedaan, dus bijvoorbeeld ruzie met familie. Nou ja baanverlies heb je al gezegd niet actie nemen, terwijl je eigenlijk actie zou moeten nemen of juist acties te snel nemen. En zo ja zou je dit gedrag kunnen specificeren? | | | |
| Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Negative social cognition>Social darkness>Social darkness towards people | Ja ruzie zijn met mijn ouders en zo omdat die het niet begrepen. Mijn vader had iets van ga gewoon werken. Natuurlijk snap ik dat ook wel weer. Ik was ook afhankelijk van mijn ex vriend, die heeft echt veel voor mij gezorgd. Ik heb hem een aantal keer moeten bellen van kom alsjeblieft hierheen ik wil mezelf iets aan doen het gaat niet goed met me. Dus ja mijn gedrag heeft ook veel invloed gehad op andere. En ja veel dingen ontwijken zoals afspraken niet nakomen. Zoals de tandarts bijvoorbeeld en dan niks laten weten en je gewoon opsluiten en negeren. Ja dat. | | | |
| | Was het Omdat je het op dat? Moment niet kon, of? | | | |
| Vegetative and physical manifestations.>Be not physically able to perform light tasks | Ja, Omdat je dan zo verlamd bent. En dan is het ook moeilijk om te praten of te bellen ofzo. Jaa gewoon alles maar ontwijken en niks van me laten horen, dat gewoon. | | | |
| | Check gedurende je depressie, hé? Hoe maakt u uw beslissingen voor nu en later? Dus dacht je ons aan de toekomst? | | | |

| | | | | |
|---|--|---|-------------------------|----------|
| Cognitive manifestations.>Cognitive performance > Deficiency in Planning > Not planning the future | Als ik aan de toekomst dacht gedurende mijn depressie. Dat was al een tijdje geleden van mijn 18 tot mijn 20e misschien 21e dat ik echt suïcidaal was en zijn soms dingen moeilijk terug te halen omdat je aan het overleven bent. | | | |
| | Maar als ik aan de toekomst dacht was dit heel somber omdat ik thuis zat en iedereen om me heen had school of ging studeren, bij mij stond het leven stil. Ik volgde veel therapie en het ging gewoon niet. Ik had zo iets van dit komt nooit meer goed, ik ga me altijd zo voelen. Ik heb al vanaf mij 12e het een en ander dus. Ik had echt het idee dat dit niet meer goed ging komen. . | | | |
| Motivational manifestations.>Suicidality | Ik had zo iets als als therapie niet helpt dan ga ik euthanasie aanvragen | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Hopeless | Dus eigenlijk zag ik de toekomst heel somber in, werkloos, depressief en ja | | | |
| | En Als je toen een keuzes moest maken, hè. Dus best is een belangrijke keuzes of soms minder belangrijke keuzes. Zocht je dan bijvoorbeeld informatie op, of was het voornamelijk onderbuikgevoel? | | | |
| | Hoe bedoel je wat voor? Keuzes? | | | |
| | Nou bijvoorbeeld, je zei dat je besloot om te stoppen met werken. Of andere keuzes zoals of je iets wel of niet ging kopen. Ging je dan veel informatie opzoeken of nam je op onderbuikgevoel de beslissing. | | | |
| Motivational manifestations.>Differences in Spending and saving behavior>Purchase to feel more happy | Ik was wel heel erg impulsief. Dat heb ik nog steeds wel als ik iets wil dan moest ik het ook kopen want dan zou het even tijdelijk iets oplossen. Ja ik was heel impulsief ja, | | | |
| | Heel impulsief. Nee check. En ben je wel? Het is ooit eens vergeten een rekening te betalen gedurende die depressie. | | | |
| Seeking help>Financial help by others>Preferred stakeholder for financial help>Friends/family | Niet echt nee, maar dat komt omdat mijn ouders de belangrijke rekeningen betaalde zoals mijn zorg. Maar het is wel eens misgegaan dat ik mijn zorgtoeslag bijvoorbeeld had opgemaakt. Maar dat is niet vaak voorgekomen misschien 3 keer. | | | |
| | En deed je dat bewust of om je wat je zelf zei even goed te voelen, of was het gewoon per ongeluk? | | | |
| | Ja soort ja eigenlijk wel van per ongeluk. | | | |
| | Nee check en vergat je vaak dingen gedurende je depressie? | | | |
| Cognitive manifestations.>Cognitive performance>Impaired work memory and concentration >Forgetting conversation subject | Ja, ja, gewoon kleine dingetjes of dingen die mensen hadden verteld. Ik zei nou dat heb je niet verteld, maar kennelijk was dit toch zo. Maar je hebt al zoveel in je hoofd zitten en denkt alleen maar aan overleven dan kan er niet veel meer bij. Dus ik kon bijvoorbeeld geen boek lezen want er kwam niks binnen. | | | |
| | Nee snap ik. Zou je nu je relatie met financiën voor mij kunnen beschrijven? Zij is makkelijk te managen voor je of heb je nog vaak problemen ermee? | | | |
| Cognitive manifestations.>Cognitive performance>Deficiency in Ability to adapt>difficulty to adapt to new financial situation | Ik ben nog steeds wel heel iemand die heel. Impulsief dingen koopt en. Dan denkt van oh dan en dan krijg ik weer geld en dan kan ik het sowieso betalen. En uiteindelijk was ik vergeten dat ik ook mijn sportschool moest betalen. Over het algemeen ben ik niet heel goed in geld, ik kom wel rond maar ik woon ook thuis en dan is dat een stuk makkelijker. Toen ik met mijn ex samen woonde ging het wel een stuk beter omdat ik wist van als ik het verpest kan ik geen eten kopen en huur betalen. Maar nu ik thuis woon denk ik iets minder na voordat ik iets koop. | | | |
| | Ja er zat wat minder druk achter. En vanuit een emotioneel gevoel van wat voor gevoel krijg je Als je naar aan financiën denkt? | | | |
| | Nou, op dit moment zit ik in de ziektewet en sinds kort ook in de WIA omdat ik dan bijna twee jaar in zit, dus dat is nog minder. Op dit moment is het niet zo heel erg omdat ik thuis woon. Maar ik raak er wel ongerust van, ik kan bijvoorbeeld niet op mezelf wonen en praat niet graag over financiën. | | | |
| | Snap ik. En als ervaringsdeskundige wat heb je gemist uit Als je depressie wat een bank zou kunnen doen om je beter te helpen met het managen van je financiën? Dus wat zou een bank kunnen doen? | | | |
| Seeking help>Financial help by others>Preferred stakeholder for financial help>Professional>Mental health institutions | Dat weet ik. Ik weet niet of ik geïnteresseerd zou zijn in een bank die mij die hulp zou aanbieden. Bij therapie had je een sociatherapeut en die hielp met financiële dingen. Dus actief gedrag maar ook financiële dingen ik zou dat liever aan zo iemand overlaten. | | | |
| | En, hoe hielp deze persoon? | | | |
| | Ja, ik heb nooit echt hulp daarvoor gehad, Omdat het bij mij gewoon. Best wel oké te redden is dus. Ik heb daar nooit echt over hoeven denken. | | | |
| | Nee duidelijk. Nou ja, dit was eigenlijk al het tweede gedeelte. | | | |
| | Top lekker snel er doorheen. | | | |
| | Ja mooi toch? Ik ga nu even mijn scherm delen. Voor de concepten. Als het goed is, kun je nu mijn. Schermen zien, toch? Nou ja, bedenken even van je depressieve periodes dus aan het eind van de maand en je nog maar € 20 op je bank. Dat is echt wel heel weinig geld. Elke keer dat je de bank app opent, kom je dit scherm te zien. Dat is het linker scherm. | | | |
| | Doe mijn best even kijken, ja? | | | |
| | Dus het linker scherm zie je? Het is eigenlijk een persoonlijke advertentie. Boven je balans toont de applicatie een advertentie gebaseerd op jouw financiële situatie, dus als hij ziet dat je weinig hebt geld, taat er nu 4 stappen om schulden te voorkomen. En wanneer je heel veel geld hebt dus bijvoorbeeld zoveel dat je net je hypotheek gestort is dan zou je bijvoorbeeld huiskopen bekijken het stappenplan krijgen. Dus de advertentie is gebaseerd op jouw financiële situatie. Mijn vraag is of je op deze advertentie zou klikken en dan voornamelijk de negatieve situatie, dus wanneer je weinig geld hebt? | | | |
| Motivational manifestations.>Action taking in difficult financial situations>passiveness | Ik zelf he? Ligt er maar net aan? Denk niet de eerste keer dat ik het zie. Misschien ook niet de tweede Misschien op een gegeven moment Als het echt maar dan ook echt niet meer te managen is. Ik was in mijn depressie. Ik weet het woord niet weer heel vermijgend. | | | |
| | dus ik vermijden alles, dus ik wilde niet bezig zijn met mijn problemen. Ik had zeg maar geluk dat mijn ouders mijn financiën regelde zodat ik niet in de schulden kwam, zodat ik niet een bank nodig zou hebben of zo. Wanneer ik een blauwe envelop in de brievenbus kreeg tijdens mijn depressie durfde ik hem niet open te maken totdat ik ruimte in mijn hoofd had en realiseer dat er echt iets moet veranderen dan pas zou ik de brief durven open te maken en een stap nemen of op die advertentie klikke. Dus het ligt er maar net aan | Criticism | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Disgust>Criticism | Duidelijk en wat voor emoties zou het je geven? Dus je hebt al weinig geld en dat ze nog gezegd van nou, ja, dit moet je doen om schulden te voorkomen. | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Fear>Fear or panic | Ja, ik zou me gestresst en geconfronteerd voelen | Fear or panic | | |
| | Dat is duidelijk. En, Dat is ook de gelijke vraag, hoe zou wat zou lukken met je stresslevel doen? Dus die zou stijgen, zeg je? | | | |
| | Ja | | | |
| | | Emotion>Negative affect interpretation and processing>Disgust>Criticism Emotion>Negative affect interpretation and processing>Fear>Fear or panic | Fear or panic Criticism | Negative |

| | | | | |
|---|--|--|--|----------|
| | Check. Ja, Dat is eigenlijk al de eerste. Er zijn trouwens 5 scenarios. Nou ja, bedenk weer wat ik zei. Een depressieve periodes. Het is het midden van de maand. Aan de start van de maand heb je meer, heb je wat meer uitgaven, een diner met vrienden en een kleine vakantie, geboekt. De applicatie, vertelt je dat als je de rest van de maand zo leeft als vorige maand je het dan financieel gaat halen zonder schulden met het geld op je dagrekening. Deze status wordt elke keer vertoond wanneer je de dagrekening in de app opent. In dit geval is je balans je € 500 op je rekening en Als je zo doorgaat, dan hou je € 200 over. De eerste vraag zou je deze voorspelling vertrouwen? | | | |
| | Ja, denk het wel. | | | |
| | Check zou je ook kunnen je vertellen waarom je denkt dat je het zou vertrouwen? | | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy > Happy | Ja vind ik lastig eigenlijk. Ik zou gewoon meer denken van nou, Ik ben goed bezig. | Happy | | |
| Help>help by others>Kind of help that is needed>Need for positivity | Niet per se dat ik, € 200, overhoud. Ik denk dat ik rond dit bedrag zou overhouden aan het einde van de maand maar ongeveer dat bedrag | | | |
| | Check | | | |
| | Ik ga heel even mijn neus snuiten. | | | |
| | Ja is goed. | | | |
| | Oké? We zijn er weer. | | | |
| | Ja zo een voorspelling. Deze is nu positief, maar je kan ook negatief zijn Natuurlijk. Dus dat de applicatie voorspelt dat je in de min komt te staan. Hoe zou dit jouw stresslevel beïnvloeden? | | | |
| Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Self-blame and self-criticism> Self-blame and self-criticism | Heel, heel erg. Ik zou echt in godsnaam denken dat ik gefaald heb | | | |
| | en oh mijn god ik ga dit niet eens oplossen | | | |
| Emotion>Negative affect interperatation and processing>Hopeless | en zou mijn laptop dichtklappen. | Hopeless | | |
| | Vermijdend gedrag dus stel bij een negatieve voorspelling, we hebben het over stress gehad maar wat voor emoties zou zo een negatieve voorspelling geven? | | | |
| Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Self-blame and self-criticism> Self-blame and self-criticism | Denk ik ja verdrietig geworden? Boos op mezelf, weet je wel? Van oh shit, Dat is weer niet. Krijg het weer niet rond en zou mezelf daarvan de schuld geven. | Self-blame and self-criticism | | |
| | | Cognitive manifestations.>Negative Cognitive representations>Self-blame and self-criticism> Self-blame and self-criticism Emotion>Negative affect interperatation and processing>Hopeless Emotion>Preferred emotions>Happy > Happy | Happy Self-blame and self-criticism Hopeless | Negative |
| | Nu komen we bij het volgende scenario. Het is weer een van je depressieve periodes. En het is een reguliere maand. Alleen je bent vorige maand naar de tandarts geweest en daarvan heb je een rekening gekregen. Ook heb je wat Klarna orders dat is bijvoorbeeld bij bol.com dat je later kan betalen. Nou je opent je bankaccount en naast eigenlijk jouw rekening overzicht hebt, zie je ook openstaande rekeningen staan. Dus naast je rekeningoverzicht hebben ze nieuwe functionaliteit genaamd Openstaande betalingen. Daarin zie je al. Rekeningen die Je moet betalen In de aankomende 5 weken en dit zijn automatische incasso's als niet een automatische incasso's, dus bijvoorbeeld ook die tandartsrekening die eigenlijk bijna nooit voorkomt en het bol.com pakketje. Ja dus die, Dat is een nieuwe, eigenlijk in een nieuwe tab om jou in je applicatie zou dit een beter overzicht geven voor je persoonlijke financiën. | | | |
| Emotions, Preferred emotions.Happy.Happy | Ja, dat zou ik wel, chill vinden, zeg maar. | | Happy | |
| | Check nou ja, het zou wel kunnen natuurlijk dat in zo een overzicht heel veel rekeningen komen te staan wanneer je veel gekocht heb. Zou dat stress geven? | | | |
| Emotion>Negative affect interperatation and processing>Fear > Fear or panic | Ja tuurlijk ja. | | | |
| | Zou dat meer stress geven dan die volgen dan die status of zou het je wel? | | | |
| | Minder wat minder. Zou je nog wel iets eraan kunnen doen, zeg maar nog steeds het idee. | | Fear or panic | |
| | Check | | | |
| Motivational manifestations.>Action taking in difficult financial situations>Taking action>Arrange payment delay | Want als je dit zo ziet, dan dan ik bijvoorbeeld de tandarts dan zou ik bijvoorbeeld een betalingsregeling kunnen regelen. Je ziet wat mee waarvan je denkt oh hier kan ik actie op ondernemen. | | | |
| | Zou je dat ook? Doen of zou je er wel in dat vermijdende gedrag toegaan? | | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy>Encouragement | Nee, dat actie ondernemen zou ik wel doen. | | encouragement | |
| | Actie ondernemen checken. Wat voor emoties zou zon dit scherm niet geven als dit zou bestaan? | | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy>Hopeful | Nou, je kan er Natuurlijk Als je het echt zoveel rekeningen hebt staan dan zou ik heel gestrest. Verdrietig of boos worden over, maar als jij het goed bijhoudt en vaak kijkt wat ik zou doen, zeg maar. Zou ik niet blij worden, maar gewoon een wat meer relaxed gevoel dat je denkt, oh, ik moet deze dan betalen en daarvoor moet ik wat meer geld opzij voor zetten. | | hopeful | |
| | | Emotion>Preferred emotions>Happy>Encouragement Emotion>Preferred emotions>Happy>Hopeful Emotion>Negative affect interperatation and processing>Fear > Fear or panic | Happy, Fear or panic, encouragement, hopeful | Positive |
| | De rust. Oké, Dat was het eigenlijk al voor dit concept. Stel weer 1 van je depressieve periodes het is de start van de maand en de bank applicatie geeft jou 3 plannen gebaseerd op jouw inkomen hoe je die volgens de bank het beste kan besteden. De applicatie laat het scherm elke maand automatisch zien, en je kan het plan ook aanpassen in de settings. Dus hier neemt de bank aan gebaseerd op jouw eerdere data dat je €2000 per maand verdient. Volgens dit plan geven we € 1.500 uit aan bijvoorbeeld boodschappen, verzekeringen, etcetera, etcetera. € 200 gaat naar je spaarrekening teminste dat hij suggereert om € 200 te sparen Als je meer jaren plan haalt en € 200, krijg je vrije tijd activiteiten. Zou jij je aan zo'n plan houden? | | | |
| | Dat denk ik niet. Denk het niet | | | |
| | Oké Check, dan kan je ook. Vertellen, Waarom niet? | | | |
| | Dat weet Ik eigenlijk niet, Misschien ook wel ik zou. Ik weet het eigenlijk niet zou het niet kunnen voorspellen of ik me daar aan zou kunnen houden. | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|----------|
| | Check nee is ook een antwoord. Zou je deze plannen vertrouwen dat dit de beste manieren zou zijn om je financiën te regelen? | | | |
| Seeking help>Financial help by others>Criteria by to give financial help>Being perceived as an authority | Ja, Als het echt over het algemeen is dat je dat en dat en dat zo uitgeeft dan. Zou ik dat wel vertrouwen ook niet precies op de euro, maar ongeveer. | | | |
| | Oke ongeveer. Wat voor emoties zou zo'n planning geven Als je het je wordt aangeboden gedurende je depressie? | | | |
| Help>help by others>Kind of help that is needed>Finding a financial balans between save and purchase | Als je echt heel weinig geld hebt. Dan denk ik dat je er niet heel vrolijk van word | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Disgust>Criticism | want dan zou je bijvoorbeeld voor activiteiten niet heel veel geld staan en daar word je niet vrolijk van. | Criticism | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy>Praise | Anders ja zou dit wel heel handig zijn zodat je jouw maand kan plannen enzo. | Praise | | |
| | Hoe zou zo'n plan jouw stresslevel beïnvloeden? | | | |
| | Het zou mijn stress level niet omhoog halen | | | |
| | Niet omhoog, maar ook niet naar. Beneden wat ik hieruit begrijp? | | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy>Relaxed | Nee, ik zou het wel gewoon chill. Vinden, maar ik denk niet dat ik er per se meer of minder stress ervan zou krijgen | Relaxed | | |
| | | Emotion>Negative affect interpretation and processing>Disgust>Criticism Emotion>Preferred emotions>Happy>Praise Emotion>Preferred emotions>Happy>Relaxed | Criticism Praise Relaxed | Positive |
| | En de laatste. Nou weer 1 van je depressieve periodes, start van de maan je salaris is net gestort op de bank. Je applicatie suggereert om wat regels te plaatsen. Een regel zou kunnen zijn je betaalt €4,20 bij de kassa en zet €0,80 op je spaarrekening of zet wat geld dat je over hebt na je salaris op je spaarrekening. De applicatie suggereert de regels in de volgorde die jou het meest helpen om financieel gezond te worden. De applicatie laat dit scherm elke maand zien, deze regels heb ik gewoon random gekozen. Denk je dat zo een concept van regels instellen helpt om jou financieel gezonder te maken? | | | |
| | Nee | | | |
| | duidelijk zou je kunnen ook vertellen Waarom niet? | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Disgust>Criticism | Omdat ik? Nou ja? Als je niet zoveel geld hebt, bijvoorbeeld. Is het helemaal niet handig dat je automatisch spaart, | Critism | | |
| | dan kun je helemaal niet sparen omdat je eigenlijk altijd door het geld heen gaat. Ik vond het vorige concept beter omdat je dan nog kan zeggen na ja ik maak €200 ipv €150 voor activiteiten. Maar hier kan dat niet omdat het allemaal automatisch gaat en dat zorgt voor mij voor minder overzicht. | | | |
| Seeking help>Financial help by others>Criteria by to give financial help>keep holding control | Dat is ook gelijk de volgende vraag het geld op je dagrekening wordt minder aangezien er meer automatisch op je spaarrekening word gezet. Je hebt het geld nog wel maar je zou het eventueel kunnen terugboeken naar je dagelijkse rekening. Je dagelijkse rekening word gewoon minder. Zou dat je stresslevel beïnvloeden als je een lager bedrag ziet? | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Sadness>Sadness or unhappiness | Ja, want dan zou ik wel inderdaad geld terughalen van mijn spaarrekening, dan voel ik me ook niet beter want dan denk je ja ik was eigenlijk van plan te sparen en dan moet ik dat weer terugboeken omdat mijn rekening omlaag gaat. | Sadness or unhappiness | | |
| | Ja check. Zou het wel je gedrag beïnvloeden wanneer je dat lagere bedrag ziet staan? | | | |
| Emotion>Negative affect interpretation and processing>Anger>Anger | Eerlijk ik heb zelf niet bepaalt om het zo te sparen dan zou ik het gewoon weer terugboeken. | Anger | | |
| | Gewoon terugboeken dus. Zou je deze regels gebruiken? | | | |
| | Nou, ik zou het zelf niet gebruiken voor de redenen die ik net noemde. | | | |
| Emotion>Preferred emotions>Happy>Praise | Maar ik geloof dat er mensen zijn die het wel zouden gebruiken. | Praise | | |
| | | Emotion>Preferred emotions>Happy>Praise Emotion>Negative affect interpretation and processing>Anger>Anger Emotion>Negative affect interpretation and processing>Sadness>Sadness or unhappiness | Anger, Sadness or unhappiness, Critism, praise | Positive |
| | Nee precies. Nu een wat persoonlijke vraag heb je gedurende je depressie medicatie gebruikt? | | | |
| | Ja welbutrin en die werkte niet zo goed, daar heb ik niet zo lang aan gezeten, maar nu zit. Ik aan escitalopram. Dat zijn allemaal antidepressiva | | | |
| | Ja check.Nou ja, dit was hem eigenlijk, al heb jij nog vragen of opmerkingen? | | | |
| | Nee | | | |
| | oké, dan heb ik nog zelf nog wel twee vragen welke van de concepten, vond je het beste? | | | |
| | De een na laatste | | | |
| | Het plan. Check en zou je Misschien kunnen zeggen Waarom je die het beste voelt? | | | |
| Help>help by others>Kind of help that is needed>Overview of income and expenses in the near future (know what to expect) | Omdat eigenlijk het plan mij het meeste overzicht geeft, dus inderdaad dat je ziet van zoveel geef je ongeveer uit, en zoveel geef je uit aan boodschappen en dan kan je zelf bedenken van oh misschien moet ik wat goedkoper boodschappen doen. En kan ik ook besluten of ik misschien €50 euro meer wil uitgeven aan activiteiten of juist €50 euro meer wil sparen. | | | |
| | Check en welke vind je het minste? | | | |
| | Die eerste. | | | |
| | De advertenties ja check en Waarom? | | | |
| Motivational manifestations.>Action taking in difficult financial situations>passiviness | Omdat je dan zelf een hele stap moet zetten om. Hulp te vragen Ik denk dat veel Mensen heel erg vermijdend zijn met veel met schulden. Die Laten het dan ook oplopen omdat ze het zich schamen en door de bomen het bos niet meer zien. Dus Ik denk dat het heel weinig nut heeft voor heel veel Mensen. | | | |
| | Ja zou de bank zelf actie in jouw mening moeten moeten nemen? Als, ze zien van, hé, dit gaat niet goed. | | | |
| | Ja en nee. Ik denk dat bijvoorbeeld wel fijn zou vinden dat iemand inderdaad wel eens mee zou kijken en jou voor een gesprek ulthodigt maar ja ik weet niet ik vind dit een lastige vraag. | | | |
| | Snap ik, ik zet nu de recording out. | | | |
| | | | | Het plan |

| | | | |
|--|--|--|--------------|
| | | | Advertenties |
|--|--|--|--------------|