

# Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen

Emma Kuvaja, Janette Vesterinen, Minna Magnusson (toim.)



mieli

Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja  
mielenterveyteen  
Emma Kuvaja, Janette Vesterinen, Minna Magnusson (toim.)  
Mieli Suomen Mielenterveys ry 2023

päivitetty 2024

**mieli**

# Alkusanat

Nykyiset talousnäkymät aiheuttavat monissa perheissä epävarmuutta ja huolta. Yhä useampi on joutunut muuttamaan omia kulutustottumuksiaan selvitäkseen arjesta. Suomessa asuu myös lapsiperheitä, jotka sinnittelevät taloudellisen selviämisen äärirajoilla tai joilla ei ole mahdollisuutta säästää enää mistään. Tekemämme selvitys kurkistaa niiden perheiden maailman, joilla on haasteita selviytyä veloista ja maksuista tai heillä on aiempia kokemuksia asiasta.

Tutkimuksista tiedetään, että pitkään jatkuneet talousvaikeudet kuormittavat mielenterveyttä. Tällöin on myös vähemmän voimavaroja huolehtia omasta hyvinvoinnistaan. Tämä selvitys vahvistaa osaltaan näkemystä, että suomalaisissa lapsiperheissä ylivelkaantuminen ja maksuvaikeudet kuormittavat koko perhettä.

Saimme syksyllä 2022 toteuttamaamme verkkokyselyyn 572 vastausta. Vastausten määrä ja sisältö kertovat mielestämme siitä, että vanhemmilla on ollut suuri tarve saada äänensä kuuluville aiheesta, josta puhuminen herättää usein häpeää. Vastauksista välittyi kuva, että palvelut eivät vastaa tällä hetkellä riittävästi ylivelkaantuneiden perheiden moninaiisiin tarpeisiin tai huomioi nykymuodossaan koko perheen hyvinvointia.

Haluamme välittää ylivelkaantuneiden perheiden viestiä erityisesti perheitä kohtaaville ammattilaisille ja päättäjille, jotta tulevaisuudessa palvelujärjestelmässä osattaisiin paremmin huomioida talousvaikeuksien vaikutukset mielenterveyteen ja koko perheeseen. Toivomme, että viestimällä perheiden inhimillisistä tilanteista ja kokemuksista saamme muutettua ihmisten suhtautumista ymmärtäväisempään suuntaan ylivelkaantumisesta ja talousvaikeuksista kohtaan. Lisäämällä ymmärrystä talousvaikeuksista, siihen liittyvää keskustelukulttuuria voidaan muuttaa avoimemmaksi ja helpottaa avun hakemista.

Kiitos raportin kirjoitustyöstä Helsingin yliopiston kasvatustieteiden maisteri Emma Kuvaja (raportin analyysit ja koostaminen), Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) erikoistutkija Johanna Järvinen-Tassopoulos (Luku 3.3) ja Helsingin yliopiston sosiaalityön käytäntötutkimus -opintojakson opiskelijat Jasmin Luomavuori, Jenni Rauma, Mikko Rosenberg ja Heidi Vesänen (Luku 5.2. pohjautuu käytäntötutkimusraporttiin).

Haluamme kiittää erikseen jokaista raportin taustatyöskentelyyn osallistunutta asiantuntijaa, jotka ovat antaneet arvokkaan panoksensa selvityksen suunnitteluun ja toteutukseen kommentoimalla tekstiä sekä tukemalla työskentelyämme eri vaiheissa. Kiitos Suomen Pankin talousosaamisen neuvonantaja Anu Rajjas, Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö ITLA:n erikoistutkija Aapo Hiilamo, Helsingin yliopiston sosiaalityön yliopistonlehtori, erikoistutkija Katri Viitasalo, Pääkaupunkiseudun Sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA:n kehittämispäällikkö Kaisa Pasanen ja Oikeusministeriön erityisasiantuntijat Mette Ranta ja Elisa Schroderus sekä MIELI ry:n yhteiskuntasuhdepäällikkö Johanna Kujala, johtava asiantuntija Kristian Wahlbeck, viestinnän asiantuntija Ellen Tuomaala sekä Aikuiset ja työelämä -osaston johtaja Timo Lehtinen.

Ennen kaikkea haluamme kiittää kyselyyn vastanneita vanhempia, jotka teitte mahdolliseksi tämän selvityksen syntymisen. Arvostamme avoimuuttanne ja rohkeuttanne jakaa kipeitäkin kokemuksia. Teiltä saimme arvokkaita toiveita ja ratkaisuehdotuksia, jotta ylivelkaantuneiden perheiden asemaa saataisiin parannettua. Teiltä saadun kokemustiedon avulla palveluita on mahdollista kehittää suuntaan, joka vastaa paremmin perheiden moninaiisiin tarpeisiin.

Helsingissä 2.5.2023

Janette Vesterinen, projektipäällikkö ja Minna Magnusson, projektisuunnittelija  
YLVA-hanke (2022–2024), MIELI Suomen mielenterveys ry

# Tiivistelmä

Kotitalouksien ylivelkaantuminen on yleistynyt viimeisen kymmenen vuoden aikana. Talousvaikeuksien tiedetään heikentävän yksilön hyvinvointia, terveyttä ja toimintamahdollisuuksia. Lapsiperheiden näkökulmasta ylivelkaantumista on tutkittu Suomessa verrattain vähän. Tämä selvitys tarjoaa tietoa entistä useampaa koskettavaan aiheeseen suomalaisten lapsiperheiden näkökulmasta.

Tarvitaan lisää keinoja tukea ylivelkaantuneita lapsiperheitä, ja palveluita on kehitettävä ylivelkaantumisen hidastamiseksi. MIELI ry:n hallinnoima YLVA-hanke (Ylivelkaantuneiden mielenterveyden ja vanhemmuuden tukeminen) hyödyntää kyselyaineiston tuloksia ammattilaisten ja vanhempien mielenterveyttä tukevien taitojen vahvistamisessa koulutusten ja tapahtumien avulla. Selvityksen avulla halutaan lisätä päättäjien ja ammattilaisten ymmärrystä ylivelkaantumisen vaikutuksista koko perheeseen ja mielen hyvinvointiin.

YLVA-hankkeessa lähdettiin selvittämään ylivelkaantuneiden lapsiperheiden tilannetta vanhemmille suunnatulla verkkokyselyllä 25.8.–26.9.2022. Kyselyssä selvitettiin talousvaikeuksien taustoja, niiden vaikutuksia mielenterveyteen, perheiden arkeen ja vanhemmuuteen sekä vanhempien saamaa, hyödylliseksi kokemaa apua ja sitä, millaista tukea vaille he olivat jääneet. Vanhemmilta kerättiin myös ratkaisuehdotuksia ammattilaisille ja päättäjille. Kyselyyn vastasi 572 vanhempaa.

Ensimmäisessä luvussa esitellään kyselyn tausta ja menetelmät. Luvuissa 2.–6. käydään läpi kyselyn tuloksia peilaten niitä osin aiheeseen liittyvään aiempaan tutkimukseen. Ensin esitellään vastaajaryhmän taustatietoja, velkaantumisen tyyppejä ja taustalla olevia syitä. Kolmannessa luvussa tarkastellaan maksuvaikeuksien vaikutusta vanhemmuuteen ja perheenjäsenten mielenterveyteen. Neljännessä luvussa on keskiössä perheiden arjen voimavarat toivon ylläpitämisen ja sujuvamman arjen näkökulmasta. Viidennessä luvussa tuodaan esiin, millaisesta avusta vanhemmat ovat hyötäneet ja toisaalta millaista tukea he olisivat kaivanneet. Kuudennessa luvussa esitellään vanhempien esittämiä toiveita ammattilaisille ja päättäjille.

Lopuksi Johtopäätökset-osiossa pohditaan, mitä tulokset kertovat ylivelkaantuneiden lapsiperheiden tilanteesta ja miten suomalainen yhteiskunta pystyisi paremmin vastaamaan erilaisten perheiden tarpeisiin. Kahdeksannessa luvussa esitellään konkreettisia toimenpidesuosituksia mielenterveystyöhön ja -politiikkaan.

Selvityksen keskeisistä tuloksista käy ilmi, että perheiden ylivelkaantumisen taustalla on moninaisia syitä, ja perheet toivovat heidän kokonaistilanteensa parempaa huomioimista. Monien perheiden ylivelkaantumiseen olivat johtaneet muutokset elämäntilanteissa, kuten ero, työttömyys tai sairastuminen. Vakuudettoman lainan saaminen koettiin liian helpoksi ja velkojen selvittely työlääksi. Lisäksi omien tulojen ja menojen hahmottaminen tuotti vaikeuksia.

Perintäyhtiöiden toiminta näyttäytyi perheille epäselvänä ja velanhoitokulut kohtuuttomina. Talousvaikeudet koskettivat koko perhettä, ja niiden myötä kärsi sekä vanhempien että lasten hyvinvointi. Mielialaoireet, unettomuus, epätoivon kokemukset ja voimakas stressi olivat yleisiä. Lapsia oli kiusattu koulussa erityisesti poikkeavan pukeutumisen takia, ja perheiden sosiaaliset suhteet olivat kaventuneet.

Moni vanhempi oli turvautunut läheisiin, koska avun hakeminen koettiin vaikeaksi ja jonot tarvittaviin palveluihin pitkiksi. Tieto auttavista tahoista oli puutteellista. Ongelmia tuotti palvelujärjestelmän sirpaleisuus, ja vanhemmat kaipasivat kattavampaa ja varhaisempaa tukea.

Hyödylliseksi koettiin apu arjen pyörittämisessä, talousneuvonta, vertaistuki ja keskusteluapu. Omien kokemusten sanoittaminen ja vuorovaikutuksellinen kohtaaminen olivat helpottaneet talousvaikeuksien ratkomista.

Kun omat resurssit ovat vähissä ja häpeä estää hakemasta apua talousvaikeuksissa, monia perheitä auttaisi tulevaisuuteen suuntautuminen ammattilaisen avulla ja avoimempi puhe ylivelkaantumisesta. Tarvitaan myös uudistuksia palvelujärjestelmään, riittäviä resursseja toimivan avun järjestämiseksi sekä perheitä kohtaavien ammattilaisten osaamisen vahvistamista, jotta ylivelkaantuneille perheille voidaan tarjota heidän tarvitsemaansa tukea ja ennaltaehkäistä ongelmien syvenemistä ja ylisukupolvisuutta.

Tärkeänä viestinä vanhempien puheessa muodostui toive ja tarve ymmärtäväiselle, avoimelle kohtaamiselle, jossa perheen kokonaisvaltainen tilanne otettaisiin huomioon talousvaikeuksien lisäksi.

*”Muistuttakaa, että ulosottokierteessä oleva vanhempi ei ole huono vanhempi, eikä ihmisarvoa mitata rahassa.”*

*”Kuunnelkaa koko tarina ja pysykää rinnalla, vaikka toinen häpeää.”*

# Sisällys

Tiivistelmä .....	2
1. Johdanto .....	5
2. Ylivelkaantuneille vanhemmille suunnattu kysely ja menetelmät .....	6
3. Lapsiperheiden ylivelkaantuminen. ....	7
3.1. Ylivelkaantuminen koskettaa monenlaisia perheitä .....	7
3.2. Erilaiset syyt ylivelkaantumisen taustalla .....	12
4. Maksuvaikeudet ja mielenterveys .....	14
4.1. Vanhempien kokemat huolet .....	15
4.2. Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiin ja vanhemmuuteen .....	15
4.3. Mielenterveyden häiriöt ja ylivelkaantuminen .....	18
5. Arjen voimavarat .....	20
5.1. Toivon ylläpitäminen arjessa .....	21
5.2. Vanhempien toiveita sujuvampaan arkeen .....	21
6. Hyödylliseksi koettu apu ja täyttymättömät tuen tarpeet .....	23
6.1. Läheisten apu keskeisessä roolissa .....	23
6.2. Vanhempien kuvauksia saadusta tuesta ja tuen tarpeista .....	25
7. Ylivelkaantuneiden perheiden toiveita päättäjille ja ammattilaisille .....	27
7.1. Vanhempien viestit päättäjille .....	27
7.2. Vanhempien viestit ammattilaisille .....	29
8. Johtopäätökset .....	30
8.1. Talousvaikeuksien taustalla muutoksia, ongelmien kasautumista ja pitkittymistä .....	30
8.2. Kokemus avun saamisen vaikeudesta ja yksin jäämisestä .....	31
8.3. Puheeksi ottaminen, varhainen tuki ja jatkoapuun ohjaaminen .....	32
8.4. Talousneuvontaa ja arjen tukea .....	32
8.5. Kuormituksen keventämistä taloudellisin ja materiaalisin keinoin .....	33
8.6. Psykososiaalinen tuki merkityksellistä. ....	33
9. Toimenpidesuosituksukset ylivelkaantuneiden lapsiperheiden mielenterveyden tukemiseksi ja ongelmien ennaltaehkäisemiseksi .....	35
Lähteet .....	38
Liitteet .....	40

# 1. Johdanto

Ylivelkaantuminen koskettaa yhä useampaa lapsiperhettä maksuhäiriömerkintöjen ja ulosottotilastojen valossa (Majamaa & Rantala 2020), ja Suomessa vähintään joka kymmenes lapsi asuu perheessä, jossa vanhemmalla on maksuhäiriömerkintä (Hiilamo ym. 2022). Talousvaikeudet heijastuvat sekä vanhempien että lasten arkeen ja mielenterveyteen sekä lisäävät lasten riskiä syrjäytyä (Salmi 2020). Vanhempien mielenterveyden häiriöt ja perheen suhteellinen köyhyys lisäävät perheen lasten todennäköisyyttä jäädä työkyvyttömyyseläkkeelle mielenterveyssyistä myöhemmin elämässä (Merikukka 2020).

Ylivelkaantumisesta puhutaan silloin, kun velan takaisinmaksu ei onnistu käytettävissä olevilla tuloilla tai varallisuudella (Hiilamo 2021). Suomen Pankin määritelmän mukaan talous on ylivelkaantunut, jos velkaa on yli viisinkertaisesti talouden vuotuisten tulojen verran. Ylivelkaantuneisuutta voidaan tarkastella myös esimerkiksi yksilön subjektiivisen kokemuksen (Betti ym. 2007) tai maksuhäiriömerkinnän (Hiilamo ym. 2022) kautta.

Talousvaikeudet aiheuttavat taloudellisia ja inhimillisiä kustannuksia niin yksilöille kuin koko yhteiskunnalle vuosittain. Tutkimukset ovat osoittaneet, että talousvaikeudet ja ylivelkaantuminen ovat yhteydessä sekä vanhempien että lasten heikentyneeseen mielenterveyteen (esim. Hiilamo 2019; Sun ym. 2020). Köyhyyden tiedetään olevan riskitekijä mielenterveydelle (Wahlbeck ym. 2017).

Pienituloisten on kuitenkin vaikeampaa päästä mielenterveyden tuen piiriin, sillä varallisuus vaikuttaa esimerkiksi psykoterapian saavutettavuuteen (Leppänen ym. 2022). Talousvaikeuksien ylisukupolvisuus aiheuttaa ongelmien pitkittymistä ja kasaantumista, mutta tutkimusnäyttöä tehokkaista keinoista auttaa ja tukea ylivelkaantuneita lapsiperheitä ei kuitenkaan juuri ole (Hiilamo 2019).

Mielenterveyden ja talousvaikeuksien yhteys toimii molempiin suuntiin (Have ym. 2021): ratkomalla talousvaikeuksia voidaan edistää mielenterveyttä, ja mielenterveyttä tukemalla voidaan ennaltaehkäistä ylivelkaantumista. Tukemalla lapsiperheiden vanhempia arjessa ja vanhemmuudessa voidaan ehkäistä ongelmien kasaantumista sekä velkaongelmien aiheuttamia haitallisia vaikutuksia. Tietoisuuden lisääminen ylivelkaantumisen taustoista sekä keinoista tukea ylivelkaantuneita lapsiperheitä on tärkeää, jotta riittävää ja oikea-aikaista apua voidaan kohdistaa paremmin sitä tarvitseville.

## 2. Ylivelkaantuneille vanhemmille suunnattu kysely ja menetelmät

Osana YLVA-hanketta kerättiin kyselyaineisto ylivelkaantuneiden lapsiperheiden vanhemmille suunnatulla verkkokyselyllä. Kyselyaineiston tavoitteena on lisätä ymmärrystä talousvaikeuksien vaikutuksista mielenterveyteen, vanhemmuuteen, lapsiin ja arjen voimavaroihin. Lisäksi selvitys auttaa ymmärtämään monikerroksisia syitä talousvaikeuksien taustalla ja tekee mahdolliseksi kuulla ylivelkaantuneiden lapsiperheiden omaa ääntä tuen tarpeiden suhteen. Ylivelkaantuneilta vanhemmilta kerättiin myös viestejä, toiveita ja ratkaisuehdotuksia ammattilaisille ja päättäjille. Koska ei ole riittävästi tietoa tehokkaista keinoista ylivelkaantuneiden lapsiperheiden auttamiseksi, antaa tämä selvitys merkityksellisiä näkökulmia myös käytännön mielenterveystyöhön ja -politiikkaan.

Verkkokysely (Liite 1.) oli auki elo–syyskuussa 2022 ja siihen vastasi 572 vanhempaa ympäri Suomea. Kysely toteutettiin suomenkielisenä. Verkkokyselyä jaettiin YLVA-hankkeen yhteistyöverkoston avulla sekä sosiaalisessa mediassa lapsiperheille kohdennetun mainonnan kautta. Kyselyyn vastattiin anonyymisti verkossa ja vastaajat määrittelivät itse kuuluvansa tai kuuluneensa aiemmin selvityksen kohderyhmään eli ylivelkaantuneeseen lapsiperheeseen. Aiemmin on havaittu, että oma subjektiivinen kokemus talousvaikeuksista ja ylivelkaantumisesta on objektiivista velan määrää merkityksellisempää (Prentice, 2021).

Verkkokysely koostui neljästä osasta: **1) taloustilanne, velkaantuminen ja maksuvaikeudet, 2) taloushuolten vaikutukset, 3) avun ja tuen hakeminen ja saaminen sekä 4) mielen-terveys- ja vanhemmuustaidot sekä perheen arjen voimavarat.** Kaikki kysymykset olivat itsearviointikysymyksiä. Lisäksi kartoitettiin vastaajan taustatietoja, kuten sen hetkistä asuinpaikkaa (hyvinvointialue), perhemuotoa, lasten määrää, työllisyystilannetta ja koulutustasoa.

Kyselylomake sisälsi kysymyksiä, joissa oli valmiit tai Likert-asteikolliset vastausvaihtoehdot sekä avoimia kysymyksiä. Aineiston määrällisten kysymysten analyysissä käytettiin kuvailevia menetelmiä jakaumien ja prosenttiosuuksien tarkastelussa. Lisäksi vastauksia tarkasteltiin kuvailevien tunnuslukujen, keskiarvoerojen ja ristiintaulukoinnin avulla.

Avoimia vastauksia analysoitiin aineistolähtöisesti teemoittelun ja laadullisen sisällönanalyysin keinoin. Vaikka selvityksen tuloksia ei voida yleistää laajemmalla tasolla, antaa se arvokasta tietoa ylivelkaantuneiden perheiden kokemuksista talousvaikeuksiin ja mielenterveyteen liittyen.



# 3. Lapsiperheiden ylivelkaantuminen

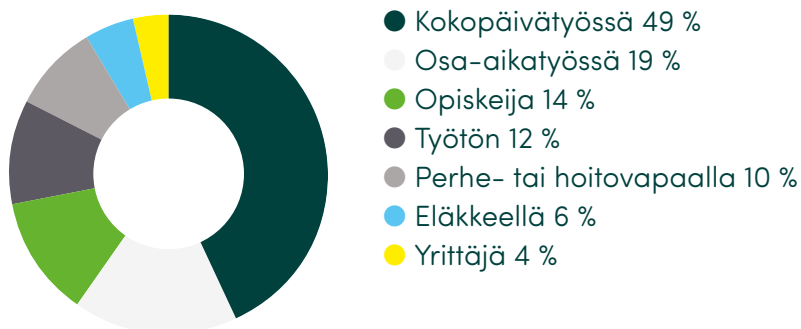
## 3.1. Ylivelkaantuminen koskettaa monenlaisia perheitä

YLVA-hankkeen lapsiperheille suunnattuun kyselyyn vastanneilla vanhemmilla oli hyvin erilaisia taustoja ja lähtökohtia. Vastaajien kesken vaihtelua oli perhemuodossa, työllisyystilanteessa ja koulutustaustassa. Vastaajilla oli yhteensä 1758 lasta, joista 1223 asui kotona. 95 %:lla perheistä oli kotona asuvia lapsia ja tyypillisin kotona asuvien lasten määrä oli kaksi (35 %:lla perheistä). Kotona asuvien lasten lisäksi vastaajilla oli muualla itsenäisesti asuvia (30 %:lla), vuoroasuvia (18 %:lla), huostaanotettuja tai sijoitettuja (2,3 %:lla) sekä sijaislapsia (1,7 %:lla). Lasten iät vaihtelivat 0–18 vuoden välillä, ja eniten perheissä oli 7–12-vuotiaita lapsia.

Kyselyyn vastanneista vanhemmista lähes jokainen käytti pääasiallisena kotikielensä suomea. Vastaajista 89 % oli naisia ja 10 % miehiä. Valtaosa (87 %) oli 30–49-vuotiaita, 7 % 50–62-vuotiaita ja 5 % 18–20-vuotiaita. Avioliitossa tai rekisteröidyssä parisuhteessa oli 41 % ja avoliitossa 20 % vastaajista. 19 % vanhemmista kertoi olevansa eronneita ja 16 % naimattomia. Ylivelkaantuneiden lapsiperheiden vanhempia tavoitettiin laajasti kaikilta Manner-Suomen hyvinvointialueilta.

### Enemmistö vastaajista oli työelämässä

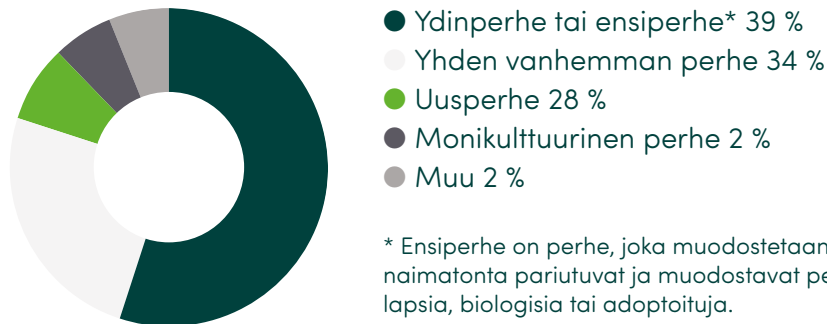
Vastaajien pääasiallista toimintaa kartoitettiin valmiilla vastausvaihtoehdoilla, joista sai halutessaan valita enintään kolme itseään parhaiten kuvaavaa toimintaa. Vastauksissa korostui erilaisten elämäntilanteiden kirjo, mutta yli puolet kyselyyn vastanneista vanhemmista oli vastaushetkellä työelämässä (Kuvaaja 1). Moni vastaajista oli kokopäivätyössä, työskenteli osa-aikaisesti tai opiskeli. Työssäkäyvienkään ylivelkaantuneisuus ei ole harvinaista, ja se vaikuttaa heikentävästi työikäisten mielenterveyteen (Östergren ym. 2022).



Kuvaaja 1. Vastaajien työllisyystilanne.

## Yhden vanhemman perheet ja uusperheet korostuivat

Vaikka moni vastaaja kuvasi perhemuotoaan ydinperheeksi tai ensiperheeksi\* (Kuvaaja 2), yhden vanhemman perheet korostuivat kyselyaineistossa. Vastaajista 34 % kertoi perhemuodokseen yhden vanhemman perhe, kun väestötasolla yhden vanhemman perheitä on noin 24 % kaikista lapsiperheistä (Tilastokeskus 2020). Aiemman tutkimuksen pohjalta tiedetään, että talousvaikeudet ovat yhden vanhemman perheissä yleisempiä kuin kahden vanhemman perheissä (Ruotsalainen 2021). Myös uusperheet korostuivat kyselyaineistossa. Vastaajista 28 % kuvasi perhemuotoaan uusperheeksi, kun väestötasolla uusperheitä on noin 9 % kaikista lapsiperheistä (Tilastokeskus 2020). Monikulttuurisia perheitä oli vastaajien joukossa vain vähän.



Kuvaaja 2. Vastaajien perhemuoto.

## Ammatillisen tutkinnon suorittaneilla oli talousvaikeuksia

Kyselyyn vastanneista vanhemmista yli puolet (55 %) oli suorittanut ammattikoulun korkeimpana tutkintonaan (Kuvaaja 3). Neljännnes vastaajista oli suorittanut alemman korkeakoulututkinnon. Vastaajissa oli vähäisästi alemman tai ylemmän koulutuksen suorittaneita.



Kuvaaja 3. Vastaajien korkein suoritettu tutkinto.

Matalan koulutusasteen on havaittu olevan yhteydessä talousvaikeuksiin, ja esimerkiksi ulosotossa olevista määrällisesti suurin osa on suorittanut toisen asteen koulutuksen korkeimpana tutkintonaan (Majamaa & Rantala 2020). Sama ilmiö esiintyi myös tässä aineistossa: maksuhäiriömerkinnät olivat yleisimpiä ammatillisen tutkinnon suorittaneilla (Taulukko 1). Alhaisempi koulutus voi vaikuttaa heikentyneeseen mielenterveyteen talousvaikeuksista kärsivillä (Sun & Houle 2020).

Taustatiedot	Maksuhäiriömerkintä		
	Kyllä	Ei	Yhteensä
<b>Korkein suoritettu tutkinto</b>			
Peruskoulu	6,1 %	1,4 %	7,5 %
Ammatillinen tutkinto	37,3 %	17,7 %	55 %
Ylioppilastutkinto	4,1 %	2,3 %	6,4 %
Alempi korkeakoulututkinto	10,9 %	13,8 %	24,7 %
Ylempi korkeakoulututkinto	1,6 %	4,7 %	6,3 %
Yhteensä	60 %	40 %	100 %
<b>Siviilisäät</b>			
Naimaton	9,6 %	6,9 %	16,5 %
Avoliitossa	13,1 %	7,3 %	20,4 %
Avioliitossa	25,6 %	17,1 %	42,7 %
Eronnut	11,6 %	8,4 %	20 %
Leski	0,2 %	0,2 %	0,4 %
Yhteensä	60 %	40 %	100 %
<b>Velan kokonaismäärä</b>			
Alle 50 000e	30,9 %	16,2 %	47,1 %
50 000–150 000e	20,1 %	14,2 %	34,3 %
Yli 150 000e	9,3 %	9,4 %	18,7 %
Yhteensä	60 %	40 %	100 %

Taulukko 1. Vastaajien taustatietoja maksuhäiriömerkinnän mukaan.

## Ylivelkaantuneilla lapsiperheillä oli monenlaista velkaa

Monilla kyselyyn vastanneilla vanhemmilla oli samanaikaisesti useita erilaisia velkoja (Taulukko 2) ja 60 %:lla vastaajista tai heidän puolisoistaan oli maksuhäiriömerkintä. Lisäksi 52 %:lla vastaajista tai heidän puolisoistaan oli laskuja, lainoja tai velkaa ulosotossa ja 60 %:lla perinnässä.

Perheiden velan määrä		Perheiden velan tyypit	
Velan määrä	Vastaajien osuus	Velan tyyppi	Vastaajien osuus
alle 10 000 €	15,2 %	Luottokorttivelkaa	53,5 %
10 000–29 999 €	19,8 %	Asuntolainaa	46,7 %
30 000–49 999 €	11,2 %	Laskurästejä	39,9 %
50 000–69 999 €	10,1 %	Osamaksuvelkaa	39,7 %
70 000–99 999 €	10,8 %	Pikalainaa Internetistä	35,7 %
100 000–149 999 €	12,4 %	Autolainaa	34,3 %
150 000–199 999 €	8,7 %	Velkaa henkilölle	29,9 %
200 000–249 000 €	5,3 %	Kulutusluottoa pankista	28,0 %
250 000–299 000 €	2,6 %	Opintolainaa	27,6 %
300 000 € tai enemmän	1,4 %	Muuta velkaa	16,8 %
En halua/osaa sanoa	2,5 %	Vuokravelkaa	8,6 %

Taulukko 2. Perheiden velan kokonaismäärä ja tyypit.

Velan määrän lisäksi on olennaista tarkastella lainan tyyppiä. Kulutusluotot ja korkeakorkoiset pikalainat aiheuttavat suuremman riskin velkaongelmille (Poppe ym. 2016) kuin esimerkiksi pankin myöntämät asunto- tai opintolainat, joiden voi odottaa tuottavan jotakin tulevaisuudessa. Ilmiö oli sama myös tässä aineistossa: maksuhäiriömerkinnät olivat yleisempiä niillä vanhemmilla, joilla oli pikalainaa, laskurästejä, vuokravelkaa tai velkaa jollekin henkilölle, mutta harvinaisempia niillä, joilla oli asunto- tai autolainaa tai luottokorttivelkaa. Toisaalta on huomioitava, että maksuhäiriömerkintä voi myös estää lainansaannin.

Osalla perheistä oli omistusasunto (41 %), kesämökki tai auto, mutta muuta omaisuutta, kuten säästöjä tai sijoituksia vain harvoilla. Perheiden tyypillisimmät yhteenlasketut nettoansiot olivat 2000–2999 euroa kuukaudessa, mutta vastauksista ei voida erotella sitä, kuuluuko talouteen yhden vai useamman henkilön tulot. Tulojen lisäksi velan kokonaismäärä vaihteli paljon perheiden välillä.

Velan määrää tarkasteltiin analyysissa myös kolmiluokkaisena (velkaa alle 50 000 euroa, velkaa 50 000–150 000 euroa, velkaa yli 150 000 euroa), jotta velan määrää oli helpompi vertailla vastaajien välillä. Perheillä, joilla oli vähintään kolme kotona asuvaa lasta, oli keskimääräistä enemmän velkaa. Kolme- ja nelilapsiset perheet kuuluivat pienempiä perheitä useammin ryhmään, joilla oli velkaa vähintään 150 000 euroa. Heillä tyypillisin velan määrä oli 50 000–150 000 euroa, kun pienemmillä perheillä tyypillisin velan määrä oli alle 50 000 euroa.

## Taloudellinen turvallisuuden tunne näyttäytyi heikkona

Suuri osa vastaajista koki taloudellisen turvallisuuden tunteensa heikoksi. Taloudellista turvallisuuden tunnetta mitattiin neliportaisella asteikolla (1 = Meillä on taloudellista joustoa, 4 = Meillä on vaikeuksia tulla toimeen). Vain 4 %:lla vastaajista oli joustoa yllättäviin kuluihin ja 26 % tuli toimeen, mutta ei ollut yhtään joustoa yllättäviin kuluihin. Vastaajista 28 % sinnitteli jatkuvasti toimeentulonsa suhteen.

*"Jatkuvasti pitää laskea, että riittääkö raha. Joudun priorisoimaan, että mitä rahalla ostan esim. ruokaa vai lääkkeitä tai sitten maksan jonkun laskun, mutta sitten ei ole rahaa ostaa ruokaa."*

### Ylivelkaantumisen ja maksuvaikeuksien ilmeneminen

84 %:lla perheistä oli maksuvaikeuksia

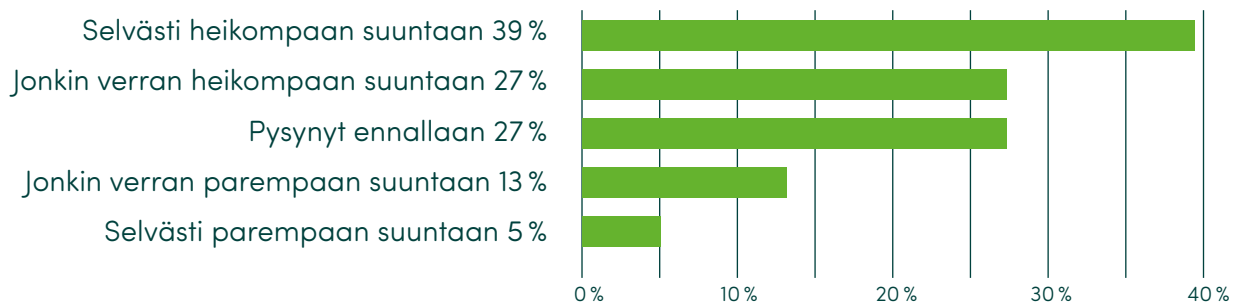
42 %:lla perheistä oli velkaongelmia tai vaikeuksia tulla toimeen

60 %:lla vastaajista tai heidän puolisoistaan oli maksuhäiriömerkintä

60 %:lla oli laskuja perinnässä

52 %:lla perheistä oli laskuja, lainoja tai velkaa ulosotossa

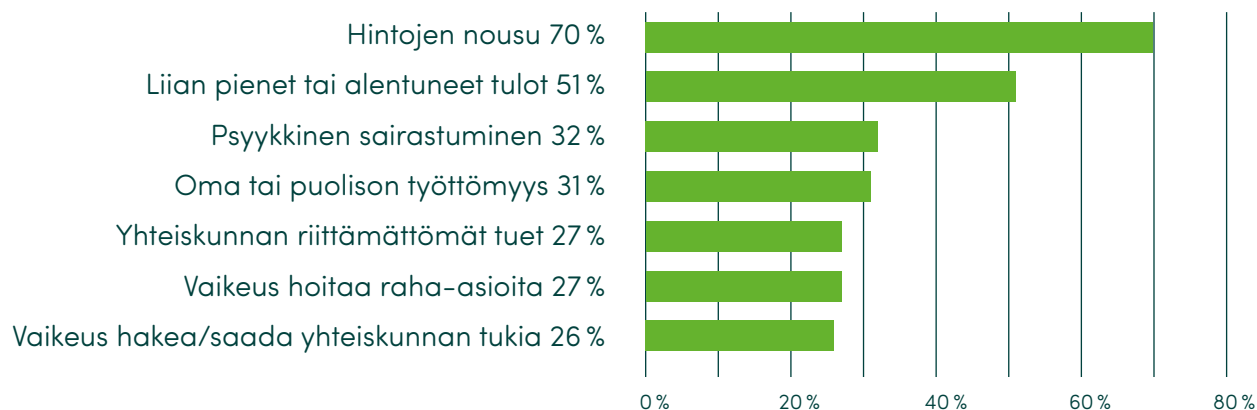
Moni perhe arvioi taloudellisen tilanteensa muuttuneen jonkin verran (27 %) tai selvästi (39 %) heikompaan suuntaan viimeisen vuoden aikana, ja taloudellisen tilanteen heikentyminen ajan kuluessa oli tyyppillistä (Kuvaaja 4). Lähes kolmasosa arvioi talousvaikeuksiensa alkaneen yli 5 vuotta sitten, mikä kertoo ongelmien pitkittymisestä.



Kuvaaja 4. Perheiden taloudellisen tilanteen muutos viimeisen vuoden aikana.

## 3.2. Erilaiset syyt ylivelkaantumisen taustalla

Ylivelkaantumisen syitä kartoitettiin kyselylomakkeessa sekä valmiilla vastausvaihtoehdoilla (Kuvaaja 5.) että avoimella kysymyksellä (Taulukko 3.). Valmiista vaihtoehdoista sai halutessaan valita useita vastauksia. Vastausvaihtoehdoista korostuivat hintojen nousu (70 %) sekä liian pienet tai alentuneet tulot (51 %). Psykkinen sairastuminen (32 %) valittiin vaihtoehdoista talousongelmien syyksi fyysistä sairautta (23 %) useammin, mikä vahvistaa käsitystä mielenterveyden ja ylivelkaantumisen yhteydestä (Prentice 2021).



Kuvaaja 5. Perheiden ylivelkaantumiseen vaikuttaneita tekijöitä.

Yleisesti talousvaikeuksien taustalla voi olla yksilön toimintaan liittyviä ja ulkoisia tekijöitä, eli velkaantumiseen vaikuttavat sekä oma rahankäyttö että ympäristön olosuhteet (Hiilamo 2018). Omaan toimintaan liittyvät syyt johtuivat kyselyaineistossa useimmiten huolettomasta rahankäytöstä tai tuloihin nähden liiallisesta velan ottamisesta. Tyypillisiä ulkoisia syitä puolestaan olivat sairastuminen tai työttömyys.

Taloudellisen väkivallan kokemukset olivat suhteellisen yleisiä aineistossa (9 %). Moni vastaaja kuvasi myös avovastauksissa nykyisen tai entisen kumppaninsa ohjanneen rahankäyttöään, ja talousvaikeuksien salaaminen puolisolta oli yleistä. Useampi vanhempi oli kokenut painostusta velan ottamiseen omiin nimiinsä, mikä oli myöhemmin johtanut luottotietojen menetykseen ja ylivelkaantumiseen, esimerkiksi eron jälkeen.

*”Ex-puolisoni käytti manipulointia/psykkistä väkivaltaa ja sai ottamaan lainoja ja osamaksusopimuksia minun nimiini. Nyt kun olemme eronneet, maksut jäivät minulle. Sairastuin, enkä vielääkään ole työkykyinen, ja putosin sairauspäivärahalta juuri työttömyysetuudelle.”*

### Elämäntilanteen muutokset risteyskohtina

Avoimeen kysymykseen ylivelkaantumisen syistä vastasi 221 vanhempaa, ja talousvaikeuksien taustoista muodostettiin yhdeksän pääteemaa (Taulukko 3.): muutokset elämäntilanteessa, nousseet tai korkeat elinkustannukset, omaan talouteen ja rahankäyttöön liittyvät tekijät, sairastuminen, riittämättömät tulot, puolison rahankäyttö tai taloudellinen väkivalta, perhemuodon vaikutukset, riippuvuudet sekä koronapandemian vaikutukset. Erityisesti muutokset elämäntilanteessa, kuten parisuhteessa, perhe-elämässä, työssä, tuloissa tai

terveydentilassa olivat johtaneet perheitä talousvaikeuksiin, ja moni vanhempi kuvasi elämässään olleen sekä yllättäviä että suunniteltuja muutoksia, joista aiheutui joko tulojen laskua tai menojen kasvamista.

Sosiaalietuudet, kuten opinto- ja sairauspäiväraha tai työstä saatava palkka eivät monen vastaajan mukaan riittäneet elämiseen etenkin, jos ulosotto tai velanhoitokulut veivät tuloista suuren osan. Yllättävät menot horjuttavat taloutta, kun säästöjä tai taloudellista joustoa ei ole. Vaikka kyselyyn vastanneista vanhemmista enemmistö oli työelämässä, tulot eivät riittäneet velkaongelmien korjaamiseen.

Pääteemat	Alateemat
1. Muutokset elämäntilanteessa	Ero, konkurssi tai yritystoiminnan kannattamattomuus, työttömyys, lapsen syntymä, läheisen kuolema, vanhempainvapaalle jääminen, opiskelun aloittaminen
2. Nousseet tai korkeat elinkustannukset	Elinkustannusten ja hintojen nousu, talon rakentaminen, remontti, kosteusvaurio, yllättävät menot, auton kustannukset
3. Omaan talouteen ja rahankäyttöön liittyvät tekijät	Pikalainat ja kulutusluotot, oma kulutusikäytyminen, nuoruuden velat, ulosotto, perintä, vakuudettoman lainansaannin helppous ja pankkilainan saamisen vaikeus
4. Sairastaminen (oma, puolison tai lapsen)	Psyykkiset ja fyysiset sairaudet, tapaturmat, neurologiset poikkeavuudet, uupumus, terveydenhoidon kustannukset, omaishoitajuus, työkyvyttömyys
5. Riittämättömät tulot	Liian pieni palkka, palkanmaksun viiveet, riittämätön sosiaaliturva
6. Puolison rahankäyttö tai taloudellinen väkivalta	Nykyisen tai entisen kumppanin velat tai holtiton rahankäyttö, taloudellinen väkivalta, maksuvaikeuksien salaaminen, kiistat elatusmaksuista
7. Perhemuodon vaikutukset	Suuri perhekoko ja monilapsisuus, yksinhuoltajuus, uusperhe
8. Riippuvuudet	Alkoholiriippuvuus, huumeriippuvuus, peliriippuvuus, ostopiippuvuus
9. Koronapandemian vaikutukset	Koronapandemian vaikutukset yritystoimintaan, lomautukset, vähäisempi työn määrä, sairastetun koronan pitkäaikaisoireet

### Taulukko 3. Avovastauksista muodostettuja syitä maksuvaikeuksien taustalla.

Elämäntilanteessa tapahtuneiden muutosten lisäksi avovastauksissa korostuivat erilaisten syiden samanaikaisuus ja ongelmien kasaantuminen:

*”Työn tekeminen on elättänyt nippa nappa, säästöön ei jää mitään ja asuminen on kallista. Työttömyyden kohdatessa talous romahti. Luottotietojen menetyksen jälkeen on työpaikkoja jäänyt saamatta ja minua on pidetty huonona ihmisenä.”*

*”Pikkuhiljaa salakavalasti [pikavipeistä kertynyt] summa kasvoi kasvamisestaan. Huomasin olevani täysin veloissa, sairastuin vaikeaan masennukseen ja aloin saada ahdistus- ja paniikkikohtauksia. Jouduin pitkälle sairauslomalle, -- jäin työttömäksi yksin velkojeni kanssa.”*

*”Burnout, työttömyys ja opiskelu. Rahat eivät riittäneet ja otimme pikavipin pikavippejä. Jouduimme ulosottoon molemmat ja nyt maksamme velkoja pois.”*

# 4. Maksuvaikeudet ja mielenterveys

Ylivelkaantuneisuuden ja heikentyneen mielenterveyden välinen yhteys on havaittu lukuisissa tutkimuksissa (esim. Prentice 2021; Richardson ym. 2013). Pitkittäistutkimusten mukaan talous- ja velanmaksuvaikeudet lisäävät riskiä sairastua mielenterveyden häiriöihin kuten masennukseen ja ahdistuneisuushäiriöihin (esim. Have ym. 2021). Myös unettomuus on yleistä (Warth ym. 2019). Ylivelkaantuminen liittyy usein fyysisiin oireisiin, sairastavuuteen jne. (Blomgren ym. 2014).

Talousvaikeudet heijastuvat vanhempien hyvinvoinnin ja vanhemmuuden lisäksi lasten hyvinvointiin (Berger & Houle 2016). Klassisen perhestressimalliin mukaan talousvaikeudet perheessä voivat luoda taloudellisen paineen tunteen vaikuttaen vanhempien hyvinvointiin, parisuhteeseen ja lopulta vanhemmuuteen ja lapsen hyvinvointiin (Conger & Donnelan 2007; Solantaus ym. 2004).

Kyselyn vastauksissa esiintyi talousvaikeuksien vaikutuksia vanhempien mielenterveyteen, mutta myös lapsiin ja vanhemmuuteen. Huolet ja psyykkiset oireet kuten masennus, unettomuus sekä ahdistuneisuus olivat yleisiä kyselyyn vastanneilla vanhemmilla. Lähes puolet vastaajista (49 %) raportoi myös fyysisistä oireista.

*”Siinä on koko perheen psyykinen ja fyysinen hyvinvointi koetuksella, kun huolettaa kuinka selviää tästä elämästä.”*

Psyykkisiä oireita kysyttiin lomakkeessa valmiilla vastausvaihtoehdoilla, joista sai halutessaan valita useamman. Avoimella kysymyksellä kartoitettiin ylivelkaantumisen vaikutuksia, ja moni vanhempi nosti esiin mielenterveyteen ja lapsiin liittyvät asiat. Lisäksi epätoivon kokemukset ja itsemurha-ajatukset nousivat esiin vastauksissa, joissa vanhempi ei uskonut taloustilanteensa paranevan.

## **Talousvaikeudet heikentävät hyvinvointia**

91 % koki lisääntyntä stressiä ylivelkaantumisen vuoksi

67 % kertoi kärsivänsä häpeästä

63 % vetäytyi sosiaalisista tilanteista

52 % kuvasi saamattomuutta hoitaa arkisia asioita

48 % kertoi itseluottamuksensa laskeneen talousvaikeuksien takia



## 4.1. Vanhempien kokemat huolet

Ylivelkaantuneiden vanhempien kokemia huolia jaksamisesta, hyvinvoinnista, arjesta, perheen ihmissuhteista ja talousvaikeuksista kartoitettiin kysymyksellä: ”Kuinka usein koet huolta seuraavista asioista?” (1 = ei koskaan, 5 = lähes koko ajan). Erityisesti huolta aiheuttivat rahatilanne ja velat, mutta huoliajatuksukset olivat hyvin yleisiä kaikilla mitatuilla osa-alueilla.

Tiedetään, että heikosti toimeentulevista moni kokee tyytymättömyyttä elämäänsä, mutta tyytyväisyys ei lisäännä suoraan tulojen kasvaessa, vaan tasoittuu riittävän toimeentulon saavuttamisen jälkeen (Kainulainen 2018). Tämä esiintyi myös vanhempien vastauksissa:

*”Niin se vaan on, että riittävä raha ja varallisuus tuo onnea. Silloin poistuisi monta murhetta ja stressinaihetta. Voisi vain keskittyä lapsiin, arkeen ja panostaa hiukan itseensäkin.”*

*”Varmasti jokainen, joka kohtaa taloudellisia ongelmia, kokee niistä suurta stressiä, mutta jos tilanteessa on lapsia, huoli ja stressi ovat monin verroin pahemmat.”*

Huolet olivat yleisempiä vanhemmilla, joilla oli maksuhäiriömerkintä tai laskuja perinnässä tai ulosotossa. Huolet olivat sitä yleisempiä, mitä heikommaksi vanhemmat kokivat taloudellisen turvallisuudentunteensa. Kokemus siitä, että tulee taloudellisesti toimeen, vähensi huolia, vaikka joustoa yllättäviin kuluihin ei ollut. Tämä tukee ajatusta riittävän hyvästä toimeentulosta, joka takaa perheille välttämättömät arjen hankinnat (Honkkila, 2015).

## 4.2. Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiin ja vanhemmuuteen

Lapsuudenkodin malli luo pohjan itsenäistyvän nuoren talousosaamiselle, ja perheiden erilaiset taloudelliset tilanteet vaikuttavat talouden hoitamisen tapoihin (Raijas ym. 2020). Kodin pienituloisuus voi vaikuttaa lapseen monilla tavoin. Koulutoverit saattavat kiusata köyhemmistä perheistä tulevia lapsia pukeutumisesta tai esimerkiksi vanhoista, toisten käyttämistä tavaroista (Hakovirta & Kallio 2014). Lisäksi rahahuolet voivat luoda pitkäkestoista kitkaa vanhempien välisiin suhteisiin vaikuttaen perhestressimallin mukaisesti myös lapseen (Papp ym. 2009). YLVA-hankkeen selvityksessä ylivelkaantumisen vaikutuksia lapseen kartoitettiin valmiilla vastausvaihtoehdoilla, joista sai halutessaan valita useita.

### **Talousvaikeudet vaikuttavat lapseen monin tavoin**

80 % kertoi talousvaikeuksien rajoittaneen lapseen liittyvien hankintojen tekemistä

63 % kertoi talousvaikeuksien vähentäneen lasten harrastamista

54 % kertoi lastensa huolesta tai stressistä perheen toimeentulosta

31 % kertoi lastensa ulkopuolisuuden kokemuksista

17 % kertoi talousvaikeuksien vaikutuksista lastensa kaverisuhteisiin

Ylivelkaantumisen vaikutuksia perheiden elämään kysyttiin myös avoimella kysymyksellä, johon vastasi 136 vanhempaa. Talousvaikeuksien vaikutuksista muodostettiin seitsemän pääteemaa: **lasten harrastukset, loma ja vapaa-aika, tarvikkeet ja hankinnat, ruoka, matkustaminen ja matkakulut, mielenterveys** sekä **vaikutukset ihmissuhteisiin**. Vanhemmat kuvasivat erityisesti vapaa-ajan aktiviteettien kuten harrastusten karsimista tai harrastamisen mahdollittomuutta. Huoli pakollisten hankintojen tekemisestä oli suurta, ja monella oli vaikeuksia ostaa lapsilleen uusia vaatteita, urheiluvälineitä ja muita tarvikkeita:

*”Jatkuva huoli uusien kausivaatteiden ym. hankintaan liittyy. Ei voi osallistua kaikkiin tapahtumiin tai matkustaa kuten monet ystäväperheet. Huoli tulevaisuudesta, halu opettaa lapselle parempaa talouden hallintaa, mutta oma toiminta ei näytä hyvää esimerkkiä.”*

Moni perhe oli karsinut ylimääräiset kustannukset minimiin, mutta myös riittävän ja ravitsevan ruuan ostaminen ja terveydenhoidon kustannukset aiheuttivat stressiä. Lisäksi oma auto oli monelle suuri mutta välttämätön kuluerä. Vanhempien mukaan etenkin vanhemmat lapset olivat usein tietoisia talousvaikeuksista ja kantoivat huolta perheen pärjäämisestä. Kustannusten aiheuttamien huoltien ohella rahojen riittämättömyys oli johtanut usein vanhempien välisiin riitoihin ja toisinaan myös eroon. Perheiden rahahuolet heijastuivat kodin ilmapiiriin kautta lapsiin.

*”Parisuhde voi huonosti, kun yhteistä aikaa eikä rahaa ole viettää aikaa kaksin. Lapset kuulevat riitelyä rahasta, kiukuttaa kun sitä ei ole ja jatkuva pennin venyttäminen väsyttää ja ahdistaa.”*

*”Pinna kireällä, äksyilyä. Eihän tämä lapsen vika ole, mutta usein tämä lapseen kohdistuu.”*

*”Vanhin lapsistani totesi katsoessaan jääkaappiin ´äiti, ootko tehnyt ylitöitä kun meillä on appelsiinimehua ja jugurttia?´ Tämä silloin nauratti, mutta nyt mietin että lapsi kyllä vaistoaa helposti kun asiat eivät ole kunnossa. Lapseni kyselevät, että onko sulla äiti rahaa ostaa mulle kengät.”*

Perheen talousvaikeudet olivat monen vanhemman mukaan vaikuttaneet myös lasten kaverisuhteisiin ja vapaa-ajan viettoon sekä altistaneet lapsia kiusaamiselle:

*”Lapsia on myös kiusattu esimerkiksi vaatteista ja siitä, millainen auto meillä on. Harmittavaa on se, että lapset eivät ole voineet rahan takia harrastaa mitä olisivat halunneet.”*

*”Joskus kun lapsen kaverit menivät uimaan, oli kauheaa sanoa, ettei rahaa ole edes sitä kolmea euroa.”*

*”Toinen [lapsi] ei halua olla rikkaiden lasten kaveri, kun he eivät ymmärrä.”*

Lasten kokema kiusaaminen osaltaan lisää sosiaalisten suhteiden kaventumista, jota kuvattiin myös tässä aineistossa. Osa vanhemmista kertoi panostaneensa edullisiin tai ilmaisiin harrastuksiin sekä vapaa-ajan viettoon yhdessä lastensa kanssa. Uimarannalla käyminen, lautapeliä pelaaminen, retkeily ja leipominen mainittiin tällaisina aktiviteetteina.

*”Usein tuntuu, että olemme pilanneet lasten elämän omalla huonolla rahankäytöllä. -- On usein sellainen olo, että ollaan jumissa kotona, kun ei ole rahaa tehdä mitään. Kesällä on ollut ihanaa, kun on päässyt eri lailla ulos retkille ynnä muuta, saatu sisältöä elämään eväiden hinnalla.”*

Toisaalta monen vanhemman kokema stressi, uupumus, huolet ja mahdolliset muut samanaikaiset ongelmat tai sairaudet saattavat vaikeuttaa yhteisen tekemisen suunnittelua ja myös toteutusta, kun voimavarat eivät välttämättä riitä.

### **Talousvaikeudet haastavat vanhemmuuden voimavaroja**

**59 % kertoi talousvaikeuksien heikentäneen jaksamistaan vanhempana**

**52 % oli huolissaan lastensa hyvinvoinnista**

Ylivelkaantumisen vaikutuksia vanhemmuuteen kysyttiin Likert-asteikollisella kysymyksellä: "Onko ylivelkaantuminen tai maksuvaikeudet vaikuttaneet vanhemmuuteesi?" (1 = on selvästi vaikeampaa, 5 = on selvästi helpompaa). Viidellä kysymyksellä kartoitettiin lapsen tarpeisiin vastaamista, rakkauden ja empatian osoittamista, onnistumisten huomaamista vanhempana, omaa hyvinvointia tukevien asioiden tiedostamista sekä kokemusta riittävän hyvästä vanhemmuudesta.

Suurin osa vanhemmista koki, että lapsen tarpeisiin vastaaminen, kokemus riittävän hyvästä vanhemmuudesta sekä omaa hyvinvointia tukevien asioiden tiedostaminen oli vaikeampaa ylivelkaantumisen takia.

Vanhemmuustaitoja vertailtiin eri ryhmien välillä sen perusteella, millaiseksi vastaajat kokivat taloudellisen turvallisuudentunteensa. Ne vanhemmat, joilla oli vaikeuksia tulla taloudellisesti toimeen sekä ne, jotka sinnittelivät jatkuvasti toimeentulonsa kanssa, kokivat vanhemmuustaitonsa heikommaksi kuin vanhemmat, jotka kokivat taloudellisen turvallisuudentunteensa paremmaksi.

## 4.3. Mielenterveyden häiriöt ja ylivelkaantuminen

Johanna Järvinen-Tassopoulos

Aiempien tutkimusten perusteella tiedetään, että sosioekonomisten ryhmien välillä psyykkisen hyvinvoinnin erot ovat merkittäviä ja taloudelliset vaikeudet aiheuttavat psyykkistä kuormittuneisuutta myös lapsille (Wahlbeck ym. 2017). Aineistossa mielenterveyteen liittyvät ongelmat voivat olla taloudellisen tilanteen taustatekijöitä tai sen seurauksia. Mielenterveyden ongelmat ja neuropsykiatriset häiriöt voidaan tätä kautta liittää elämänhallinnan käsitteeseen (vrt. Saari 2015). Elämänhallintaa on vaikeaa toteuttaa, kun perheen tulot pienenevät oman tai puolison mielenterveyden häiriön takia:

*”Yhtäkkiä psyykinen sairauteni paheni ja olin kolme vuotta poissa työelämästä. Samalla puolisoni opiskeli, mutta hän jätti opinnot kesken, jotta pärjättiin. Kaikki rahat menivät normaaleihin kuluihin. Mikäli tarvitsimme jotain ylimääräistä, piti lainata, ostaa lainaksi tai myydä jotain, että sai rahaa. Nyt olen ollut vajaan vuoden taas töissä, mikä on parantanut huomattavasti taloudellista tilannettamme. Pelkona on se, että jaksaminen ei riitä töissä käymiseen, jolloin taloudellinen tilanne taas pahenisi. Mikäli henkinen tilanteeni pahenee, yritän viimeiseen asti olla töissä, jotta edes taloudellisesti asiat olisivat hyvin.”*

Pienituloisuus vaatii kekseliäisyyttä, jotta perhe pärjää, eikä ylimääräisiin kuluihin ole oikeasti varaa. Pienituloisuuden on määritelty johtuvan perhetaustasta, sosioekonomisesta asemasta, äkillisistä elämänmuutoksista ja korkeista elinkustannuksista (Isola & Suominen 2016). Kuten vastaajan kertomuksesta käy ilmi, yhtä lailla mielenterveyden häiriö voi osaltaan vaikuttaa yksilön elämänhallintaan ja vaikeuttaa hänen taloudellista tilannettaan.

Velkaantuminen, konkurssi, työttömyys ja pienituloisuus johtivat monessa tapauksessa vastaajien masentumiseen. Aineellisten voimavarojen vähentyessä arki muuttuu stressaavaksi, osallistumismahdollisuudet rajallisiksi ja yksilö voi kokea itsensä syylliseksi ja arvottomaksi sekä kielteisellä tavalla riippuvaiseksi toisten ihmisten tuesta (Isola & Suominen 2016). Erityisen haavoittuvassa asemassa ovat sellaiset yksinhuoltajien perheet, joiden lapsilla oli erityistarpeita:

*”Provisiopalkattu työ, joten tulot vaihtelevat paljon. Yksinhuoltajuus, haasteet, masennus, ADHD, erityislapset. Toisinaan liian kuluttava arki. Tukien hakeminen on tehty liian vaikeaksi tai kuormittavaksi. Lääkäriaikaa joutuu odottamaan liian kauan.”*

Yksinhuoltajaäitien asema työelämässä on heikentynyt erityisesti 1990-luvun laman ja vuoden 2008 jälkeisen taloudellisen taantuman takia (Isola ym. 2022). Kun toimeentulo on haasteellista perheissä ja lapsilla on mielenterveyden ongelmia tai neuropsykiatrisia häiriöitä, vanhemmalla tai vanhemmilla ei välttämättä riitä enää voimia esimerkiksi toimeentulo- tai asumistuen mahdollisuuden selvittämiseen.

Aineistossa oli myös mainintoja neuropsykiatristen häiriöiden vaikutuksista perheen taloudelliseen tilanteeseen. Vastauksissa erityisesti ADHD oli saanut vastaajan tai puolison käyttämään rahaa yli varojensa ja ottamaan lainaa, millä vastaajat selittivät perheen heikkoa taloudellista tilannetta. Eräässä tapauksessa puolison neuropsykiatrinen häiriö esti häntä työskentelemästä, kun taas joissain perheissä lasten neuropsykiatriset oireet velvoittivat jommankumman vanhemmista käymään töissä osa-aikaisesti tai jättäytymään työelämän ulkopuolelle ja hakemaan lapsille apua.

*”Olisimme varmasti kaivanneet niin tukea parisuhteeseen kuin molemmat omaa, yksilöllistä keskustelutukea. Esimerkiksi velkaneuvonnasta olisi voinut ohjata näihin palveluihin. Olisin toivonut, että olisimme olleet rohkeampia puhumaan tilanteesta avoimemmin, mikä olisi vähentänyt häpeää ja yksinäisyyden kokemusta.”*

Kysyttäessä vastaajilta millainen apu tai tuki olisi ollut heille tarpeen, osa olisi toivonut henkilökohtaista tukea keskusteluavun, psykoterapian ja parisuhdeneuvonnan muodossa. Toimeentulovaikeudet voivat purkautua psyykkisinä ongelmina, jotka taas altistavat ihmissuhdeongelmille (Isola & Suominen 2016). Osa vastaajista toivoi vertaistukea taloudellisen tilanteensa vuoksi ja apua henkiseen lähisuhdeväkivaltaan.

## 5. Arjen voimavarat

Arjen voimavaroja tunnistamalla ja vahvistamalla voidaan tukea perheiden kokonaisvaltaista hyvinvointia. Erityisesti vanhempia kohtaavilla ammattilaisilla on tärkeä rooli hyvinvointia suojaavien tekijöiden, kuten perheen yhteisen keskustelun vahvistamisessa. Kyselyssä kartoitettiin valmiilla vastausvaihtoehdoilla, mitkä asiat olivat helpottaneet arjen sujumista vaikeasta taloustilanteesta huolimatta. Vaihtoehdoista sai halutessaan valita useamman.

Puolet vastaajista (57 %) kertoi, että perheen yhteinen tekeminen oli lisännyt arjen sujuvuutta. Tämän ohella rutiinit, säännöllinen vuorokausirytm, onnistumisten huomioiminen ja perheenjäsenten kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen ja kohtaaminen olivat vahvistaneet monen perheen pärjävyyttä. Myös rakentava keskustelu perheenjäsenten kanssa ja yhteisen ymmärryksen luominen taloustilanteesta oli auttanut useita vanhempia.

Kirjallisuudessa on esitetty, että ylisukupolvinen huono-osaisuus selittyisi osin käytettävissä olevien arjen voimavarojen vähäisyydellä, jolloin positiivisen muutoksen tekeminen on vaikeaa (Saari ym. 2020). Pitkittynyt velkaongelma voi vaikuttaa päätöksenteko- ja toimintakykyyn, koska se vie voimavaroja muilta merkityksellisiltä asioilta arjessa (Ong ym. 2019). Toimeentulon ongelmat saattavat heikentää perheiden kokemuksia arjen sujuvuudesta (Salmi & Kestilä 2019).

YLVA-hankkeen selvityksessä velkaantumisen vaikutuksia vanhempien voimavaroihin kartoitettiin kysymyksellä: "Miten velkaongelma/maksuvaikeudet ovat vaikuttaneet mahdollisuuksiisi tai kykyysi pitää huolta mielen hyvinvointiin liittyvistä voimavaroista?" (1 = on selvästi vaikeampaa, 5 = on selvästi helpompaa). Mittarin yhdeksän osiota olivat arjen rytmistä kiinni pitäminen, riittävä lepo ja uni, monipuolinen ruokavalio, riittävä liikunta, rentoutuminen, mielihyvää tuottavien asioiden tekeminen, yhteyden pitäminen läheisiin, avun pyytäminen sekä myötätuntoinen suhtautuminen itseän.

Suurin osa vanhemmista kertoi mielen hyvinvointiin liittyvistä voimavaroista huolehtimisen jonkin verran tai merkittävästi vaikeammaksi kuin ennen. Vanhemmat kuvasivat mielen hyvinvoinnin ylläpitämiseen liittyviä voimavarojaan sitä paremmiksi, mitä vähemmän perheellä oli velkaa. Perheet, joilla oli velkaa alle 50 000 euroa, kokivat mahdollisuutensa pitää huolta mielenterveyden voimavaroistaan paremmiksi kuin perheet, joilla oli velkaa yli 150 000 euroa.

## 5.1. Toivon ylläpitäminen arjessa

Vaikka moni vanhemmista kuvasi tilannettaan toivottomaksi, oli osassa vastauksista tästä huolimatta toiveikas sävy. Ylivelkaantuminen ja taloudellisesti vaikeat ajat olivat haasteista riippumatta hitsanneet osan perheistä tiiviimmin yhteen ja lisänneet yhteenkuuluvuuden tunnetta. Työttömyyden valoisampana puolena kuvattiin perheen yhteistä aikaa. Osa vanhemmista kertoi vaikean taloustilanteen opettaneen itselleen ja lapsilleen myös myönteisiä asioita, kuten säästäväisyyttä ja harkintaa ostoksissa. Talousvaikeudet olivat opettaneet puhumaan rahasta lapsille ja lisänneet taloustaidoista keskustelemista kotona. Myös kierrättämisen arvostaminen koettiin helpommaksi omien talousvaikeuksien takia. On mahdollista, että epäkohdista kerrottiin aineistossa herkemmin kuin siitä, mikä on mennyt hyvin, mutta aineistossa oli myös positiivisia kokemuksia avun saamisesta:

*”Minut on kyllä kohdattu hyvin kaikissa paikoissa, joista olen hakenut apua.”*

*”Mukava ja ymmärtäväinen velkaneuvoja on ollut mahtava apu.”*

Ammattilaisilta kaivattiin toivon ylläpitämistä talousvaikeuksien keskellä sekä uskon valamista siihen, että ylivelkaantumisesta voi selvitä. Perheen yhteinen tekeminen ja läheiset ihmiset koettiin voimavarana, jonka avulla haastavasta tilanteesta selviäminen tuntui helpommalta.

*”Ymmärretään rahan arvo, sekä se, että tärkeimmät asiat eivät ole ostettavissa.”*

*”Lapsilla on koti ja rakkautta, suunta on eteenpäin!”*

Kuten vastauksista välittyi, arjen jakaminen perheen kanssa toi monelle turvaa. Tulevaisuuteen suuntautuminen ja erityisesti toivo työllistymisestä tai uudelleenkouluttautumisesta nousi vahvana esiin vanhempien puheessa. Työ nähtiin yhtenä ulospääsykeinona vaikeasta taloustilanteesta, ja moni työtön vanhempi kertoi haluavansa takaisin työelämään.

## 5.2. Vanhempien toiveita sujuvampaan arkeen

Vanhempien näkemyksiä arjen sujuvuutta tai voimavaroja lisäävästä tuesta kartoitettiin avoimella kysymyksellä, johon vastasi 169 vanhempaa. Arjen sujuvuutta lisäävästä tuesta muodostettiin neljä pääteemaa (Taulukko 4.): **tuki arjen pyörittämiseen, materiaallinen ja epäsuora rahallinen tuki, taloudellinen tuki sekä keskusteluapu ja neuvonta**. Moni vanhempi kuvasi olevansa hyvin uupunut perheen tilanteeseen ja kaipaavansa apua tavallisissa arjen askareissa. Lisäksi oman ajan tarve ja lastenhoitoapu tukiverkkojen puuttuessa korostuivat vanhempien toiveissa:

*”Lapsille tarvittaisiin kiva paikka olla vailla kärtyisiä ja väsyneitä vanhempia, ja meille aikuisille vaikka [vapaa]viikonloppu joka toinen kuukausi, että saadaan vain olla hiljaa ja nukkua. Jaksaisi olla parempi vanhempi taas aivan eri lailla.”*

*”Apu ja tuki lapselle liikkumisen, kuten pyöräilyn, opettelussa. Uupuneet vanhemmat eivät jaksa opettaa.”*

Lapsiperheiden talousongelmiin luotujen interventioiden keskiössä on monesti vanhempien osallistaminen ja motivoiminen muutokseen voimavarojen ja muutostoiveiden kartoittamisen lisäksi (Kaittila ym. 2022). Myös tässä aineistossa vanhemmat kaipasivat kattavaa ja kannustavaa talousneuvontaa ja suunnitelmien tekemistä yhdessä ammattilaisen kanssa. Vanhemmat toivoivat, että matalan kynnyksen tukea olisi helpommin saatavilla jo varhaisessa vaiheessa.

Pääteemat	Alateemat
1. Tuki arjen pyörittämiseen	Siivousapu, ruuanlaittoapu, lastenhoitoapu, vanhempien oma aika, yleinen apu arkisten asioiden hoitamiseen, apu lasten opettamiseen, tukiperhetoiminta, sosiaalihuolto
2. Materiaalinen ja epäsuora rahallinen tuki	Ruoka-apu tai ruokalahjakortit, vaatteet ja kengät, maksusitoumukset, tuetut lomat, hankinnat, lasten harrastukset, lasten elämykset
3. Taloudellinen tuki	Rahallinen tuki, korotukset sosiaalietuuksiin ja niiden verotuksen keventäminen, korotukset palkkoihin, velkajärjestelyyn pääsyn helpottaminen, ulosoton suojaosuuden nostaminen, lainojen yhdistäminen, luottotietojen palautuminen
4. Keskusteluapu ja neuvonta	Keskusteluapu, talous- ja velkaneuvonta, tilanteen selvittely yhdessä ammattilaisen kanssa, perheneuvola, vertaistuki, ennaltaehkäisevä ja matalan kynnyksen tuki, tuki vanhempien jaksamiseen

Taulukko 4. Vanhempien kaipaamia tuen muotoja sujuvampaan arkeen.



# 6. Hyödylliseksi koettu apu ja täyttymättömät tuen tarpeet

Ennaltaehkäisevät toimet ylivelkaantumisen vähentämiseksi ovat ensisijaisen tärkeitä, mutta lisäksi tarvitaan entistä tehokkaampaa yhteistyötä auttavien tahojen välillä, jotta kokonaiskuva perheen tilanteesta ja mahdollisista velanmaksuun vaikuttavista muista tekijöistä voidaan muodostaa (Peura-Kapanen ym. 2016). Koska ylivelkaantuminen koskettaa monia suomalaisia perheitä, on tärkeää kuunnella vanhempien toiveita siitä, millainen tuki jo haastavaksi muuttuneessa taloustilanteessa auttaisi. Vanhempien saamaa ja hyödylliseksi kokemaa sekä kaipaamaa tukea kartoitettiin kyselylomakkeessa kahdella avoimella kysymyksellä:

1) Millaisesta tuesta tai tiedosta on ollut apua? ja 2) Millainen apu tai tuki olisi ollut tarpeen?

## 6.1. Läheisten apu keskeisessä roolissa

Useat vanhemmat olivat turvautuneet läheisten kuten puolison, ystävien tai sukulaisten apuun sekä keskustelleet heidän kanssaan maksuvaikeuksistaan, mutta harvempi oli keskustellut ammattilaisen kanssa (Kuvaaja 6.). Osa vanhemmista oli saanut avustusta diakoniasta, sosiaalitoimesta tai hyväntekeväisyysjärjestöiltä, mutta vastauksissa korostui läheisiltä saatavan tuen merkitys:

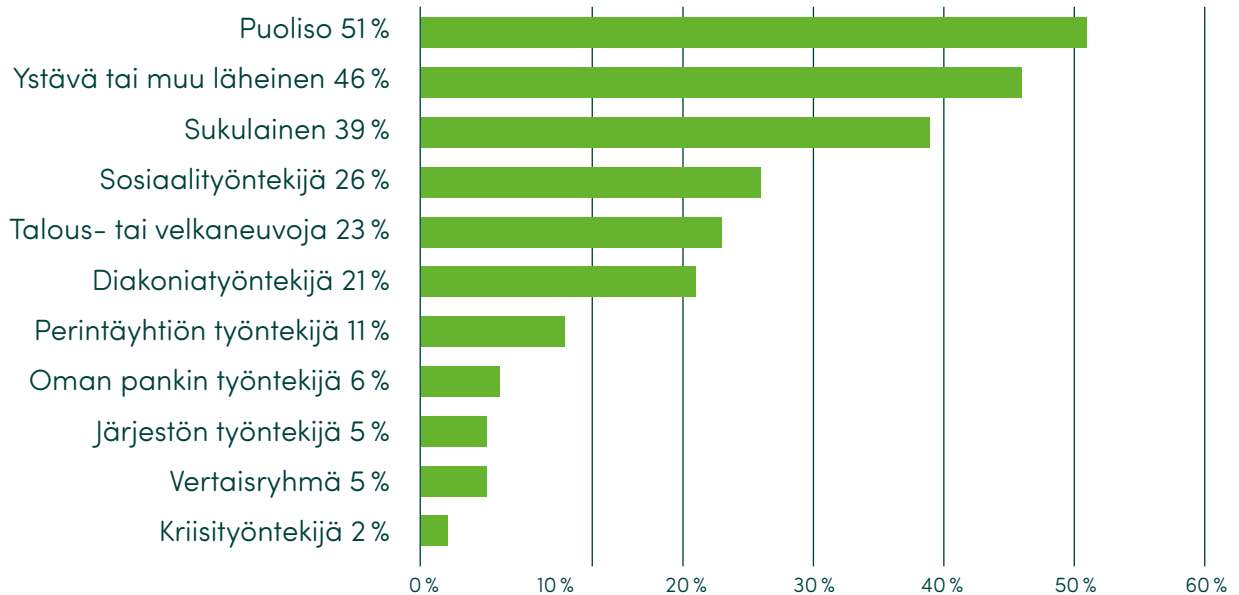
*”Puolison vanhemmat käyttävät vieraillessaan ruokaostoksilla omaan laskuunsa.”*

*”Tukemalla lasten harrastuksia taloudellisesti, maksamalla osan lomareissun kustannuksista.”*

Rahaa lainattiin ja saatiin läheisiltä, minkä lisäksi moni sai tukea ruokana ja erilaisina hankintoina. Vastajien omat vanhemmat ja isovanhemmat olivat toimineet myös lainojen takaajina ja maksaneet laskurästejä pois. Läheisiltä saatavaa tukea yhdisti erityisesti arjen kustannuksiin kuten ruokaan ja lasten kuluihin osallistuminen.

## Keskustelu ammatilaisen kanssa yhteydessä taloudelliseen turvallisuudentunteeseen

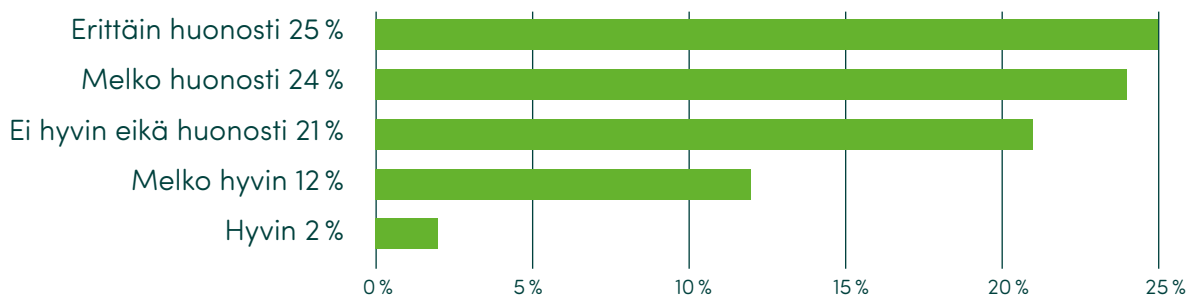
Läheisten lisäksi osa vanhemmista oli keskustellut taloustilanteestaan ammattilaisten kanssa. Talous- ja velkaneuvojien, sosiaalityöntekijöiden tai diakoniatyöntekijöiden kanssa keskustelleet vanhemmat kokivat taloudellisen turvallisuudentunteensa paremmaksi kuin vanhemmat, jotka eivät olleet keskustelleet heidän kanssaan. Puolison, sukulaisen tai ystävän kanssa keskusteleminen ei puolestaan ollut yhteydessä taloudelliseen turvallisuudentunteeseen tässä aineistossa. On mahdollista, että kokemus kuulluksi tulemisesta, mutta myös konkreettiset neuvot velkaongelmien ratkomiseksi lisäävät tunnetta taloudellisesta turvallisuudesta.



Kuvaaja 6. Oletko keskustellut jonkun kanssa perheenne maksuvaikeuksista?

## Avun saaminen koettiin vaikeaksi

YLVA-hankkeen selvityksessä moni perhe kertoi jääneensä avun ulkopuolelle. Häpeä ja kokemus siitä, ettei ole ketään kenelle puhua olivat yleisimpiä syitä talousvaikeuksien pitämiseen omana tietonaan. Tarve pärjätä ilman muiden apua oli yleistä. Kyselyyn vastanneista vanhemmista moni kuvasi avun hakemista tai saamista vaikeaksi, ja moni koki saaneensa tukea melko huonosti tai erittäin huonosti (Kuvaaja 7.).



Kuvaaja 7. Koetko saaneesi apua tai tukea tilanteeseenne?

Tyytymättömyyttä avun saamiseen kuvailtiin monella tavalla. Moni vastaajista kertoi olevansa niin uupunut velkaantumisen vuoksi, ettei erilaisten tukimuotojen selvittämiseen ollut energiaa. Esimerkiksi terveydenhuollon ja lääkkeiden kustannukset koettiin toisinaan liian suuriksi, jolloin apua jätettiin hakematta, tai hoidon kustannuksissa pyrittiin säästämään:

*”Keskivaikea masennus vie muutenkin voimia, joten psykoterapiaa on nyt joka toinen viikko, jolloin se tulee halvemmaksi.”*

Tarve yleiselle ja perheen kokonaisvaltaisen tilanteen huomioivalle neuvonnalle oli suurta. Ylivelkaantuneille suunnattu palvelujärjestelmä on sirpaleinen ja se näyttäytyy helposti yksittäisinä palveluina, joissa ei välttämättä tiedetä kokonaiskuvaa perheen tilanteesta tai muiden toimijoiden työskentelystä (Peura-Kapanen ym. 2016).

Toisaalta vanhemmat, jotka olivat tyytyväisiä saamaansa apuun, kokivat voimavaransa ja vanhemmuustaitonsa vahvemmiksi ja huolensa vähäisemmiksi kuin vanhemmat, jotka olivat tyytymättömiä saamaansa apuun. Näiden tulosten valossa on tärkeää panostaa ylivelkaantuneiden lapsiperheiden tehokkaaseen tukemiseen.

## 6.2. Vanhempien kuvauksia saadusta tuesta ja tuen tarpeista

Pohjautuen Jasmin Luomavuori, Jenni Rauma, Mikko Rosenberg & Heidi Vesanen 2023.

Kyselyyn vastanneet vanhemmat kuvasivat monipuolisesti sitä, millaisesta tuesta oli ollut heille apua. Kysymykseen vastasi yhteensä 191 vanhempaa. Saadusta ja hyödylliseksi koetusta tuesta muodostettiin neljä pääteemaa: **taloudellinen tuki, tiedollinen tuki, psykososiaalinen tuki sekä kohtaava vuorovaikutus**. Taloudellisen tuen muodoista voitiin erottaa sekä arjen perustarpeisiin kohdentuva että perheiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja osallisuutta edistävä tuki. Erityisen hyödylliseksi vanhemmat kuvasivat perustarpeisiin kohdistuvan tuen kuten ruoka-avun ja vaatelahjoitukset. On syytä pohtia, onko toimeentuloturvan riittävydessä tai saavutettavuudessa puutteita, sillä vain harva ylivelkaantunut vanhempi mainitsi sosiaalietuuksien roolista perheensä velkatilanteen ratkomisessa.

Perheitä hyödyttäneeseen tiedolliseen tukeen puolestaan lukeutui erilaista neuvontaa ja psykososiaaliseen tukeen, esimerkiksi terapeutista keskusteluapua. Kohtaava vuorovaikutus rakentui vanhempien puheissa lämpimänä, aitona ja empaattisena kanssakäymisenä asiakas- tai vertaiskohtaamisissa.

*”Kuuntelemisesta, kannustamisesta, hyväksymisestä ihmisenä.”*

*”Lähinnä sillä, ettei tuomita, tai pidetä muita huonompana.”*

Rohkaisu, läsnäolo, hyväksyntä ja ymmärtäväisyys olivat auttaneet useita vanhempia sanoittamaan kokemuksiaan ja helpottaneet avun hakemista. Kokemus hyväksytyksi tulemisesta näyttäytyi vastavoimana häpeälle ja leimautumiselle. Uutta tietoa on helpompi ottaa vastaan, kun ihminen tulee kuulluksi ja jakaa yhteisen ymmärryksen tilanteestaan vastapuolen kanssa. Luottamuksellinen sekä vuorovaikutuksellinen yhteistyösuhde vahvistaa pärjäävyyttä ja lisää autettavan toimijuutta (Viitasalo 2019).

## **Millaista tukea olisi kaivattu**

Avoimeen kysymykseen avun ja tuen tarpeista vastasi 248 vanhempaa. Tuen tarpeista muodostettiin neljä pääteemaa: **tuki taloudellisen toimintakyvyn vahvistamiseen, tuki haasteisiin perheiden taloudellisessa toimintaympäristössä, kohdatuksi tulemisen tarve sekä talousongelmiin liittyvän häpeän vähentäminen**. Näihin teemoihin kohdistuva tuki oli vanhempien mukaan ollut puutteellista.

Kaivattu tuki taloudellisen toimintakyvyn vahvistamiseen piti sisällään talousneuvontaa, kuten sen selvittämistä, millaisessa tasapainossa talouden tulot ja menot ovat. Moni kertoi haastavaksi hahmottaa, kuinka paljon ja mihin rahaa perheessä kului.

Lisäksi vanhemmat kuvasivat tarvetta tuelle perheen taloudellisessa toimintaympäristössä. Taloudellisen toimintaympäristön muutokset, esimerkiksi työttömyyden tai eron myötä olivat tilanteita, joissa vanhemmat olisivat erityisesti kaivanneet apua. Velallisen taloudellinen toimintaympäristö koettiin lannistavana, vaikka monella oli aito halu taloustilanteen ratkomiseen:

*”Joku, joka auttaisi, kun omat voimat eivät riitä enää edes laskujen avaamiseen.”*

Kohdatuksi tulemisen tarve nousi merkitykselliseksi useiden vanhempien vastauksissa. Keskusteluapu ja tilanteen purkaminen muiden kanssa koettiin tärkeäksi. Myös talousongelmiin liittyvän häpeän vähentäminen nähtiin merkityksellisenä, jotta apua olisi helpompi hakea:

*”Pienellä paikkakunnalla en voi kysyä apua, koen häpeää. Pitäisi olla mahdollisuus saada apua anonymisti tai ilman tarkempia selvittelyjä.”*

Vanhemmat pelkäsivät talousvaikeuksien määrittävän heidän vanhemmuuttaan tai kykyä huolehtia lapsistaan muiden silmissä. Ylivelkaantumisen koskettaessa yhä useampaa lapsiperhettä on tärkeää muuttaa puhetta ratkaisukeskeisemmäksi syyllistämisen sijaan.

# 7. Ylivelkaantuneiden perheiden toiveita päättäjille ja ammattilaisille

Avoimella kysymyksellä kerättiin vanhemmilta toiveita, viestejä ja ratkaisuehdotuksia, jotka he haluaisivat välittää päättäjille ja ylivelkaantuneita perheitä kohtaaville ammattilaisille. Viestin jätti yhteensä 251 vastaajaa.

## 7.1. Vanhempien viestit päättäjille

### Lapsiperheiden tuet kuntoon

Kyselyn vastaajat toivoivat sosiaalietuuksien korotuksia erityisesti pienituloisille lapsiperheille, yksinhuoltajille ja uusperheille. Lisäksi velkajärjestelyyn pääsyä ja sosiaalisen luoton saamista toivottiin helpommaksi. Perusturvan riittämätön taso oli johtanut osalla perheistä uuden velan ottamiseen, mikä oli ennestään syventänyt velkaongelmia. Sosiaalietuudet koettiin monesti liian pieniksi välttämättömiin menoihin ja tukien hakeminen vaikeaksi ja häpeälliseksi: *”Lapsiperheiden tuissa korotus vähävaraisille. Tämä on usein häpeällistä ja esimerkiksi tiliotteisiin puuttuminen on ahdistavaa.”* Joustavuus sosiaalietuuksien ja työnteon yhdistämiseen erilaisissa elämäntilanteissa motivoisi vastaanottamaan työtä. Pyyntönä oli, että pienituloisimpien etuuksista ei saa leikata, sillä se heijastuu suoraan perheiden hyvinvointiin ja terveyteen.

### Lisää säätelyä luototus- ja perintäyhtiöiden toimintaan

Vanhemmat toivoivat luotonantajille ja perintäyhtiöiden toiminnalle tiukempaa valvontaa. Moni vastaajista ei tiennyt, mistä alkuperäisestä laskusta perinnässä oli kyse, tai olivatko velat enää voimassa. Erityisesti perintäyhtiöiden toiminta koettiin epäselväksi: *”Perintäyhtiölle merkittävät sanktiot perusteettomista toimista ja selkeämpi ohjeistus siitä, miten itse voi aloittaa velkojen selvittely.”* Lisäksi vastaajat kokivat, että vakuudetonta lainaa saa yksinkertaisesti liian helposti. Tiukemmat ehdot pikalainojen ja kulutusluottojen saamiseen, korkojen ja kohtuuttomien lainaehdojen kontrollointi ja perintäkulojen kohtuullistaminen olivat monen vanhemman toiveita ylivelkaantumiskehityksen hillitsemiseksi.

## **Lisää resursseja perheiden auttamiseksi**

Vanhemmat kuvasivat avun saamista vaikeaksi ja jonoja hakemiinsa palveluihin pitkiksi. Lisäresurssit auttaville tahoille koettiin tärkeiksi: lisätyövoima ja jonojen purkaminen mahdollistaisivat nopeamman pääsyn avun piiriin ja vähentäisivät ongelmien kasaantumista. *”Toivoisin, että päättäjät ajattelisivat hieman pidemmälle, miten lasten tämän kaltainen syrjäytyminen tulee näkymään tulevaisuudessa. Kun lapselta viedään mahdollisuudet harrastaa, tavata ystäviä ja syödä terveellisesti ja monipuolisesti, mitkä kulut siitä seuraa tulevaisuudessa yhteiskunnalle -- vs. mitkä kulut olisivat, jos tätä tuettaisiin nyt?”* Moni vastaajista kaipasi vertaistukea sekä matalan kynnyksen apua lähemmäksi lapsiperheiden arkea, esimerkiksi kouluihin ja neuvoloihin. Tarve kohdatuksi ja kuulluksi tulemiselle oli suurta.

## **Avoimempaa puhetta rahasta ja taloudesta**

Vanhemmat kertoivat, että talousvaikeuksiin liittyy paljon häpeää ja pelkoa leimaantumisesta. Ratkaisuksi tähän he ehdottivat avointa ja suoraa puhetta rahasta sekä kattavampaa talousosaamisen opetusta jo peruskoulussa. *”Keskustelukulttuuria rahasta ja sen niukkuudesta saatava avoimemmaksi. Häpeää ja leimaantumista saatava vähennettyä, jotta apua haettaisiin matalalla kynnyksellä.”* Kulutuskulttuurin kyseenalaistaminen ja vastuullisempaan rahankäyttöön kannustaminen nähtiin keinona vähentää niukkuudesta aiheutuvaa häpeää. Vastauksissa näkyi myös keskituloisuus sekä se, että myös työssäkäyvien talousvaikeudet tulisi tunnistaa paremmin.

## **Muutoksia ulosottoon ja luottotietorekisteriin**

Ulosottoon sekä luottotietorekisteriin toivottiin paljon muutoksia. Ulosoton suojaisuuden nostamista sekä korkojen alentamista toivottiin monissa vastauksissa, samoin maksuhäiriömerkintöjen voimassaolon lyhentämistä. Uusi luottotietolaki sai kannatusta kyselyyn vastanneilta vanhemmilta, ja sen nähtiin tuovan toivoa pitkään jatkuneeseen velkakierteeseen. *”Toivoo tuovat hiljattaiset päätökset velkojen ja maksuhäiriöiden vanhenemisesta. Tieto siitä, että jossain tunnelin päässä on valoa, vei pois välinpitämättömyyden. Osaltaan tämä toi voimia ja halun opiskella uutta, voin ehkä sittenkin selvitä tästä. Lisää tämän suuntaisia päätöksiä, jotka toisivat lannistuneille toivoa tarttua omaan tilanteeseensa.”*

## 7.2. Vanhempien viestit ammattilaisille

### Avoimempaa kohtaamista ja ymmärtävää

Ymmärtäväisyys ja velkaantuneiden vanhempien avoin kohtaaminen olivat toiveita, jotka toistuivat useiden vanhempien viesteissä ammattilaisille. Vanhemmat korostivat empatian ja ystävällisyyden merkitystä ammattilaisen ja vanhemman välisessä kohtaamisessa: *”Kohdelkaa meitä tasavertaisesti ja lämpimästi. Se antaa tunteen siitä, että on ihmisarvoinen, vaikka on velkaantunut. Arvokkaana on helpompi myös olla lapsille tukena ja läsnä.”* Avun hakeminen saattaa tuntua haastavalta, jolloin tasavertainen kohtaaminen on ensisijaisen tärkeää, samoin herkkyys kohdata vanhempi vaikean asian äärellä. Yksinkertaisimmillaan avoin kohtaaminen voi olla vilpittömästä kuulumisten kysymisestä ja tilan antamista vanhemmalle sanoittamalla kokemuksiaan.

### Asenteen muutos ylivelkaantuneita kohtaan

Monien vanhempien toiveena oli, että erilaiset elämäntilanteet ja velkaantumisen taustat osattaisiin ottaa paremmin huomioon. Vastaajat pitivät yleistämisen ja ennako-odotusten välttämistä tärkeänä. Oma taloustilanne ja sen haasteet tiedostettiin usein hyvin, mutta turha syyllistäminen teki avun hakemisesta vaikeampaa: *”Syyllistäminen ainakin on turha. Velkaantuneet syyllistävät itseään ihan tarpeeksi.”* Vanhemmat kaipasivat asenteen muutosta: ylivelkaantuminen ei ole aina seurausta omista valinnoista, vaan voi johtua esimerkiksi työttömyydestä tai taloudellisesta väkivallasta.

### Lisää konkreettista käytännön neuvontaa ja ohjausta

Palveluihin ohjaamiselle ja käytännön neuvonnalle oli runsaasti tarvetta, sillä monen vanhemman oma jaksaminen ja resurssit olivat vähissä. Tieto auttavista tahoista ja keinoista hakea apua oli puutteellista: *”Konkreettisia neuvoja tai apua, missä kädestä pitäen ohjataan. Tilanne voi olla niin huono, ettei edes ymmärrä toimia, vaikka joku ohjeistaisi.”* Moni vanhempi toivoi yhtä ammattilaista tai omaa työntekijää, jonka kanssa voisi asioida pitkäjänteisemmin elämän eri osa-alueiden haasteiden parissa talouskysymysten ohella. Palvelujärjestelmän sirpaleisuus uuvutti monia vanhempia, jotka kokivat tilanteensa avaamisen aina uusille työntekijöille kuormittavana.

### Lisää talousneuvontaa

Talousneuvontaa kaivattiin käytännön asioissa tukemisen ja palveluihin ohjaamisen lisäksi. Tietämys talousneuvonnan palveluista oli puutteellista. Oman talous- ja velkatilanteen kartoittaminen sekä maksusuunnitelmien tekeminen olivat tyypillisiä toiveita talousneuvonnalle. Säästöväinkit ja neuvot oman talouden hallintaan olivat kaivattuja, ja moni toivoi, että talousneuvontaa olisi helpommin saatavilla. Vaikka vanhemmat kaipasivat neuvontaa talousasioissa, selkeämmin nousi esiin tarve ymmärtävälle, avoimelle ja myötätuntoiselle kohtaamiselle ja konkreettiselle käytännön avulle.

# 8. Johtopäätökset

YLVA-hankkeen kyselyyn vastanneista perheistä enemmistöllä taloudellinen tilanne oli muuttunut jonkin verran tai selvästi heikompaan suuntaan viimeisen vuoden (2021–2022) aikana. Koronapandemian vaatimat rajoitukset ovat johtaneet moniin muutoksiin etenkin työelämässä. Lomautukset ja irtisanomiset ovat koskettaneet erityisesti kansalaisia, jotka työskentelivät esimerkiksi ravintola-alalla ja palveluammateissa. Lisäksi Venäjän hyökkäyssodan seuraukset ovat johtaneet muun muassa sähkön ja elintarvikkeiden hinnan nousuun. Hintojen nousu on vaikuttanut erityisesti niihin perheisiin, joissa työskennellään matalapalkkaisilla aloilla, asumiskustannukset ovat suuret tai jos perheessä on vain yksi vanhempi palkansaajana.

Aineiston perusteella **moni ylivelkaantunut vanhempi koki häpeää, stressiä, huolta ja voimattomuutta talousvaikeuksistaan. Ylivelkaantuminen vaikutti vanhempien kokemukseen omasta mielenterveydestään, jaksamisestaan sekä pärjäämisestään.** Ahdistus- ja masennusoireet sekä unettomuus olivat yleistä ylivelkaantuneilla vanhemmilla. Avun ja tuen saaminen koettiin haasteelliseksi ja moni vastaajista oli jäänyt kokonaan niiden ulkopuolelle. Myös tyytymättömyys saatuun apuun oli suurta.

Aineistosta piirtyi kuva siitä, miten **talousvaikeudet koskettavat koko perhettä kuormittaen niin vanhempien kuin lasten hyvinvointia.** Ylivelkaantumisen haasteet heijastuivat kokonaisvaltaisesti vanhemmuuteen ja perheen arkeen sekä lasten hyvinvointiin. Ylivelkaantuneena vanhempien on haastavampaa huolehtia omista mielen hyvinvoinnin ja vanhempana jaksamisen voimavaroistaan. Vanhempien huolet, stressi ja psyykkiset oireet varjostivat monen perheen arkea ja välittyivät lapsille kodin ilmapiirin kautta.

**Taloudellisen turvallisuuden tunteen puute heijastui heikompaan kokemukseen vanhemmuustaidoista.** Taloudellinen puute näkyi lapsille myös arkisten hankintojen ja toimintamahdollisuuksien kapeutumisenä. Vanhemmat kantavat niin sanotusti ´tuplataakkaa´, kun talousasioiden lisäksi he kantavat huolta tilanteen vaikutuksista lapsien hyvinvointiin ja arkisiin toiminnan mahdollisuuksiin. **Perheiden riittävällä taloudellisella ja psykososiaalisella tukemisella on näin ollen koko perheen hyvinvoinnin kannalta iso merkitys.**

## 8.1. Talousvaikeuksien taustalla muutoksia, ongelmien kasautumista ja pitkittymistä

**Muutostilanteet perheissä, kuten ero, työttömyys, oma tai perheenjäsenen sairastuminen, nousivat usein esiin perheiden talousvaikeuksien taustalla.** Elämänmuutoksiin saattoi liittyä elinkustannusten nousua, tulojen laskemista sekä yhteiskunnan tukien riittämättömyyttä tai väliinpuutoamista niiden ulkopuolelle. Elämäntilanteessa tapahtuneiden muutosten lisäksi monissa **vastauksissa ilmeni erilaisten syiden samanaikaisuus sekä ongelmien kasaantuminen ja pitkittyminen.**

**Osalla vanhemmista talousongelmat johtuivat osin itsestä riippumattomista syistä** kuten puolison tai ex-puolison taloudellisesta väkivallasta tai päihde/peliriippuvuudesta. Läheiset voivat saada kohtuuttoman taloudellisen taakan kannettavakseen ja tämä heijastuu



uupumisena, masennuksena ja ahdistuksena. Eri **palveluissa tarvitaan osaamista tunnistaa myös taloudellista väkivaltaa ja riippuvuuksia talousvaikeuksien taustalla, sekä osaamista tukea läheisten mielenterveyttä.**

**Vastaajissa oli paljon ulosotossa olevia vanhempia, joille arkisista menoista selviytyminen oli haastavaa** ja jotka kokivat ulosottojärjestelmän lannistavana. Osa vanhemmista koki luoton saamisen, esimerkiksi pikavippien muodossa liian helpoksi ja toisaalta toimeentulotuen saamisen liian vaikeaksi. Pikavippeihin turvauduttiin, jos rahat eivät enää riittäneet ruokakustannuksiin, mutta niitä otettiin myös muista syistä, kuten päihteiden ostoon ja rahapelaamiseen.

Selvityksen perusteella perhemuoto ja perheen koko vaikuttivat oleellisesti koettuun taloudelliseen tilanteeseen. **Yhden vanhemman perheet, monilapsiset perheet, uusperheet ja opiskelijaperheet tarvitsisivat erityistä tukea.** Lisäksi työttömyys sekä fyysinen ja psyykinen sairastaminen haastoivat osassa perheistä taloudellista selviytymistä. Toisaalta työssäkäynti ei myöskään mahdollistanut kaikilla veloista ja laskuista selviämistä.

## **8.2. Kokemus avun saamisen vaikeudesta ja yksin jäämisestä**

Vastauksissa korostui, että avun saaminen palvelujärjestelmästä koettiin haasteelliseksi ja **moni vastaajista koki jääneensä tarvitsemansa avun ja tuen ulkopuolelle.** Vastaajien mukaan avun hakemista heikensi voimakas uupuminen velkaongelmien vuoksi, jolloin ei ollut energiaa kartoittaa tukimahdollisuuksia.

**Moni koki jääneensä yksin hakiessaan toimeentulotukea ja apua perheen taloudellisen tilanteen selvittämiseen. Kaikilla vastaajilla ei ollut selkeää kuvaa siitä, minkälaiseen taloudelliseen tukeen he ovat oikeutettuja, ja miten tällaista tukea haetaan.** Toimeentulotuki on Kelan myöntämä etuus, mutta monessa perheessä ongelmat ovat monisyisiä ja niiden selvittämiseen tarvitaan kokonaisvaltaista tukea.

On mahdollista, että huonot taloudelliset selviytymiskeinot siirtyvät sukupolvelta toiselle, jos vanhemmat eivät tiedä, mistä hakea apua tai kuinka selvitä veloista. Häpeä hakea apua voi myös kasvaa ajan myötä liian suureksi, jolloin tarvitaan matalan kynnyksen taloudellista ensiapua ja neuvontaa sekä useimmiten myös mielenterveyttä tukevia toimenpiteitä. Velkaongelmia sekä niiden aiheuttamia seurauksia on kuitenkin mahdollista ratkoa. Mielenterveyden edistämiseen investoiminen kannattaa, sillä se vähentää huomattavasti mielenterveyden haasteiden aiheuttamia kustannuksia (Wahlbeck ym. 2018).

Ylivelkaantuneiden perheiden avun ja tuen keinoissa hahmottui seuraavia mahdollisuuksia: 1. puheeksi ottaminen, kokonaistilanteen kartoitus, varhainen tuki ja ohjaaminen jatkoavun pariin, 2. talousneuvonta ja konkreettinen arjen tuki, 3. taloudelliset ja materiaaliset keinot, kuten velkajärjestelyt, sosiaalietuudet ja verotuksen keventäminen, 4. moniammatillisen yhteistyön lisääminen eri toimijoiden välillä 5. psykososiaalisen tuen muodot sekä avoimempi puhe rahasta ja talousvaikeuksista.

## 8.3. Puheeksi ottaminen, varhainen tuki ja jatkoapuun ohjaaminen

Vanhemmat toivoivat, että erilaiset elämäntilanteet ja velkaantumisen syyt kyettäisiin ottamaan paremmin huomioon eri palveluissa. **Vastaajat kaipasivat varhaista ja kokonaisvaltaista keskusteluapua ja perheen kokonaistilanteen selvittämistä yhdessä ammattilaisen kanssa.** Ylivelkaantuneiden lapsiperheiden tulisi saada ajoissa apua, jotta talousongelmasta ei tulisi pysyvää. Lapsiperheiden palveluissa **talousasioiden systemaattinen puheeksi ottaminen mahdollistaisi varhaisen tuen saamisen ja ohjaamisen oikean jatkoavun piiriin.** Varhainen puheeksi ottaminen ehkäisisi mahdollisten talousvaikeuksien pitkittymistä ja syvenemistä.

Sosiaalihuoltolain mukaisilla palveluilla on erityinen merkitys ylivelkaantumisen ennaltaehkäisyssä ja toimeentulon turvaamisessa. Palveluilla on mahdollista vastata näihin tarpeisiin esimerkiksi sosiaalialan ammattilaisten antaman ohjauksen sekä muun taloudellisen toimintakyvyn tuen keinoin.

Lasten asema ylivelkaantuneissa perheissä saattaa jäädä vanhempien velkaongelmien varjoon. Siitä huolimatta, että vanhemmat eivät olisi puhuneet talousongelmistaan suoraan lasten kanssa tai heidän kuullensa, lapset ovat saattaneet ymmärtää rahasta olevan pulaa. Epätietoisuus ja oman elämäntilanteen vertailu muiden ikäisten kavereiden elämäntilanteeseen voivat aiheuttaa lapsessa alakulua ja masentuneisuutta. Erityisesti sosiaali-, terveys- ja kasvatustalouden ammattilaiset ovat avainasemassa, kun perheen haasteisiin tartutaan. **Vanhempien ja perheen mahdollisen palveluverkoston ammattilaisten tulisi ottaa puheeksi vanhempien kanssa lasten hyvinvointi ja rooli perheessä.**

## 8.4. Talousneuvontaa ja arjen tukea

Lisäämällä maksutonta lapsiperheiden kotipalvelua varhaisemmin sekä laaja-alaisemmin, tuettaisiin eri perhemuotojen vanhempien jaksamista. On tärkeää huomioida perheiden monimuotoisuus ja perhekohtaiset tuen tarpeet arjessa. **Arjen voimavarojen ylläpitämiseksi tukea kaivattiin erityisesti arjen pyörittämiseen,** kuten lastenhoitoon, siivoamiseen ja mahdollisuuteen viettää hetki omaa aikaa. **Sosiaalihuollosta toivottiin tukihenkilöä ja tukiperhetoimintaa.**

Tiedollinen ja neuvonnallinen tuki, kuten talous- ja velkaneuvonta koettiin hyödyllisenä palveluna. **Neuvonnallista ja hyvin konkreettista tukea arjen talousasioihin kaivattiin lisää. Yhteistyön lisääminen eri toimijoiden välillä sekä selkeä ja ripeä palveluihin ohjaaminen ovat tässä avainasemassa.**

Varhaisella puuttumisella ja ennaltaehkäisevällä tuella voitaisiin katkaista velkaantumisen ylisukupolvisia ketjuja. **Yhtenä ratkaisuna olisi talousneuvoloiden lisääminen.** Talousneuvolat tarjoavat tällä hetkellä noin 30 paikkakunnalla matalan kynnyksen moniammatillista tukea ilman ajanvarausta. Talousneuvolassa asiakas saa ”yhden luukun taktiikalla” ohjausta, neuvontaa ja keskustelutukea talousasioihinsa (Talousneuvola 2023).

## 8.5. Kuormituksen keventämistä taloudellisin ja materiaalisin keinoin

Yksinhuoltajan taloudellinen selviytyminen on erityisen hankalaa silloin, jos lapsen toinen vanhempi ei osallistu elinkustannuksiin ja perheen toimeentulo katetaan yhden aikuisen tuloilla. Uusperheiden kohdalla taloudellinen selviytyminen hankaloituu samasta syystä, jos lapsen toinen vanhempi ei osallistu lapsen elatukseen. **Kyselyyn vastanneet toivoivat sosiaalietuuksien korotuksia ja niiden verotuksen keventämistä erityisesti pienituloisille lapsiperheille sekä yksinhuoltaja- ja uusperheille. Myös materiaallinen ja epäsuora rahallinen tuki** kuten ruoka-apu, ruokalahjakortit, tuetut lomat, vaatteet sekä maksuttomat lasten harrastukset **lisäisivät oleellisesti perheiden arjen sujuvuutta ja hyvinvointia.**

Perintäyhtiöiden toiminnalle toivottiin tiukempaa valvontaa, sillä velan määrästä ja korkojen suuruudesta oli vaikeaa saada selvää. Lisäksi takaisin maksusta tulisi voida neuvotella. **Taloudellisen kokonaistilanteen kohentamiseksi kaivattiin velkajärjestelyyn pääsyn, sosiaalisen luoton saamisen ja lainojen yhdistämisen helpottamista.**

Ulosoton suojaosuuden korottaminen pysyvästi ja korkokulujen kohtuullistaminen olisivat toimenpiteitä, jotka parantaisivat koko perheen hyvinvointia. Lisäksi joulukuussa 2022 voimaan astunut luottotietolain uudistus (HE 109/2021 vp) lyhensi maksuhäiriömerkinnän säilytysaikaa. Tällä saattaa olla tulevaisuudessa positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin ja yksilötasolla huoltien vähenemiseen, sillä monet vastaajat kuvasivat maksuhäiriömerkintöjen stressaavan ja kaventavan arjen mahdollisuuksia.

## 8.6. Psykososiaalinen tuki merkityksellistä

Taloudellinen tuki ja arjen apu eivät kuitenkaan yksistään riitä. Jokainen ihminen tarvitsee kokemuksen, että hän on tärkeä ja autettavissa. Tässäkin selvityksessä käy ilmi, että **ne, jotka olivat kokeneet tulleen kohdatuksi palveluissa sekä saaneet psykososiaalista tukea, kokivat saaneensa merkittävästi apua.**

Selvityksen perusteella talousvaikeuksista keskusteleminen koettiin häpeällisenä ja tarve pärjätä ilman muiden apua korostui vastauksissa. Talousvaikeuksista oli keskusteltu eniten puolison tai läheisten kanssa. **Keskustelut ammattilaisten kuten sosiaalityöntekijöiden, diakoniatyöntekijöiden tai talous- ja velkaneuvojen kanssa lisäivät kuitenkin vastaajien taloudellista turvallisuuden tunnetta. Inhimillisuus ja ymmärtäväisyys asiakaskohtauksissa auttoivat ylivelkaantuneita vanhempia motivoitumaan velkojensa selvittämisessä.** Jatkossa myös vertaisryhmien tärkeys tulisi ymmärtää yhtenä keinona lievittää häpeän kokemusta ja luomaan uskoa siihen, ettei ole yksin talousvaikeuksissa.

Voimavaralähtöinen työskentely on tärkeä näkökulma sosiaalityössä. Ammattilaisten tueksi on tätä varten kehitetty taloussosiaalityön menetelmiä, kuten Lapsiperheen vahvat rahataidot -interventio talousosaamisen ja taloudelliseen hyvinvoinnin lisäämiseksi lapsiperheissä (Kaittila ym. 2022). Moniammatillisella ja saumattomalla yhteistyöllä on merkittävä vaikutus perheen kokonaistilanteen hahmottamiseksi ja tarvittavien tukien saamiseksi. Vahva ammattilaisten tuki elämän muutostilanteissa tukisi perheiden pärjäävyyttä.

Selvityksen perusteella vanhemmat toivovat ammattilaisilta kokonaisvaltaista tukea ja ymmärrystä. Mielensterveys ja koko perheen hyvinvointi olisi tärkeää huomioida talousneuvonnan palveluissa ja toisaalta talousasioiden puheeksi ottamista tulisi lisätä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. On hyvä muistaa, että perheissä on aina myös voimavaroja, joita voidaan tunnistaa ja vahvistaa erilaisissa kohtaamisissa. Perheen yhteinen tekeminen, yhdessä vietetty aika, rutiinit ja erilaisten tunteiden hyväksyminen perheenjäsenten keskuudessa olivat asioita, jotka olivat tukeneet kyselyyn vastanneiden perheiden arkea.

Raha herättää paljon erilaisia tunteita, kuten häpeää ja ahdistusta. Onkin meidän jokaisen vastuulla tehdä rahapuheesta avoimempaa, mikä puolestaan auttaa ylivelkaantumiseen liittyvän stigman purkamista ja siten edistää taloushuolten puheeksi ottoa.

# 9. Toimenpidesuosituks ylivelkaantuneiden lapsi- perheiden mielenterveyden tukemiseksi ja ongelmien ennaltaehkäisemiseksi

## Kohtaaminen ja mielenterveyden tukeminen

- Kohdataan jokainen ihminen kunnioittavasti eri palveluissa. Talousvaikeuksien taustalla on monikerroksisia syitä ja häpeää.
- Lisätään keskusteluissa toivon ja omien voimavarojen näkökulmaa. Moni vastaajista koki oman tilanteensa toivottomaksi talousvaikeuksien vuoksi.
- Tarjotaan mielenterveyden matalan kynnyksen tukea taloushuoliin.
- Luodaan talous- ja velkaneuvonnan ammattilaisille selkeät ohjauskäytännöt sille, mistä ja miten asiakas saa apua mielenterveyden vahvistamiseen, kuten kriisipuhelimesta.
- Tunnistetaan asiakkaan mahdollinen itsemurhariski kysymällä asiasta talousvaikeuksien yhteydessä niin sosiaali- ja terveystalouksissa kuin talous- ja velkaneuvontatyössä.
- Mahdollistetaan vertaistukiryhmiä talousvaikeuksissa oleville vanhemmille verkko- ja lähitoimituksena. Palveluiden kehittämisessä tulee panostaa ammatillisen avun sekä kokemusasiantuntijoiden yhteistyöhön.

## Vanhemmuuden ja lasten tuki

- Tuetaan koko perhettä ja luodaan yhteistä ymmärrystä perheen taloustilanteesta. Lasten kanssa voi ja pitää puhua rahasta ikätason mukaisesti.
- Tuetaan haavoittuvassa asemassa olevien, kuten pienituloisten lapsiperheiden vanhemmuutta, ja autetaan perheitä löytämään omia voimavarojaan ja ratkaisujaan.
- Tuetaan perheiden hyvinvointia edistäviä vapaa-ajan mahdollisuuksia. Tuetaan erilaiset harrastuksiin, lomiiin sekä konkreettisiin hankintoihin liittyvät tuet tasaisemmin lapsiperheiden saataville.
- Mahdollistetaan ylivelkaantuneille perheille maksutonta kotipalvelua ja tukihenkilö- ja tukiperhetoimintaa, joista saa apua arjen pyörittämiseen ja vanhempien jaksamiseen. Erityisesti yhden vanhemman ja erityislasten perheissä on tarvetta maksuttomalle lastenhoitoavulle, jotta vanhempi saisi omaa aikaa.

## **Palvelujärjestelmä ja ammattilaisten osaaminen**

- Moniammatillinen yhteistyö ja asiakkaan ohjaaminen oikeisiin palveluihin on tärkeää velkaongelmien ennaltaehkäisyssä sekä tukemisessa. Talousneuvoloiden lisääminen on avainasemassa moniammatillisen ja matalan kynnyksen avun saamiseksi ”yhden luukun” taktiikalla. Talousneuvonnan ja mielenterveyspalveluiden yhteistyötä on lisättävä.
- Koulutetaan sosiaali- ja terveystalouden ammattilaisten valmiuksia ottaa puheeksi raha-asiat ja niihin mahdollisesti vaikuttavat riippuvuudet, kuten päihteet ja rahapelaaminen. Ohjeistetaan, mistä asiakas saa lisätukea omaan tilanteeseensa ja huomioidaan myös perheenjäsenten avun tarve.
- Koulutetaan talous- ja velkaneuvontaa tekeviä työntekijöitä ja muissa ylivelkaantuneita perheitä kohtaavissa palveluissa toimivia ammattilaisia vanhemmuutta tukevaan Lapset puheeksi® -menetelmän lähestymistapaan.
- Parannetaan erityisesti perustason maksuttomia mielenterveyspalveluita ja sisällytetään talousvalmennus niiden osaksi. Jatketaan asiakasmaksulain uudistusta.
- Vahvistetaan tukea perheille, joille toimeentulo-ongelmien lisäksi on kasautunut muita ongelmia, tai joiden toimeentulo-ongelmat pitkittyvät. Panostetaan konkreettiseen neuvontaan ja tehdään mahdolliseksi pidempiaikainen tuki ja seuranta.
- Koulutetaan ammattilaisia taloudellisen väkivallan tunnistamiseen ja avun tarjoamiseen eri palveluissa.
- Helpotetaan velkajärjestelyyn pääsyä, sosiaalisen luoton saamista ja lainojen yhdistämistä.

## **Taloulosaamisen vahvistaminen**

- Vahvistetaan kansalaisten taloulosaamista. Tällä voidaan ennalta ehkäistä velkaongelmien syntyä sekä syvenemistä.
- Lisätään vanhempien keinoja puhua rahasta ja taloustaidoista lapsille. Taloulosaaminen on tällä hetkellä paljon vanhempien vastuulla. Perheitä kohtaavissa palveluissa, kuten neuvolassa ja sosiaalityössä voidaan tukea vanhempia talouskasvatuksessa (ks. Lapsiperheen vahvat rahataidot - VaRa -interventio).
- Taloustaitojen opetusta on lisättävä ikätasoon sopivalla tavalla. Koululla on mahdollisuus opetuksen avulla tasata perheiden välisiä eroja.

## **Riittävä toimeentulo ja sosiaaliturva**

- Sosiaaliturvaa on selkeytettävä ja tuen hakemista helpotettava. Pienituloisten lapsiperheiden toimeentuloa on parannettava. Perusturvan tasoa on korjattava ja etuuksien tasoa nostettava suhteessa elinkustannusten nopeaan nousuun.
- Sosiaaliturvassa olisi huomioitava myös keskituloiset perheet, joiden taloudellinen selviytyminen on uhattuna ja jotka ovat tukien suhteen väliinputoajia.
- Korotetaan ulosoton suojaosuutta pysyvästi ja kohtuullistetaan korkokuluja. Vanhempainrahat tulisi rajata pois ulosmitattavista tuloista.

## **Yhteiskunnan sääntely ja rakenteet**

- Säädelään luototus- ja perintäyhtiöiden toimintaa. Asetetaan tiukemmat ehdot pikalainojen ja muun luoton saamiseen sekä kontrolloidaan korkoja ja kohtuuttomia lainaehtoja.
- Lisätään työelämään joustavuutta ja tarjotaan erilaisia mahdollisuuksia perheen ja työn yhteensovittamiselle. Huomioidaan paremmin erilaiset perhetilanteet, kuten yhden vanhemman perheet ja erityislasten perheet, jotta työssäkäynti olisi mahdollista.
- Tehdään mahdolliseksi lasten kehitysympäristöissä tehtävä laadukas työ. Harrastuksilla, koulutuksella, varhaiskasvatuksella ja koululla on parhaimmillaan lapsen suotuisaa kehitystä tukeva rooli, kun talousvaikeudet kuormittavat vanhempien voimavaroja.
- Taataan riittävät resurssit perheitä auttaville tahoille ja ennaltaehkäisevään toimintaan niin julkiselle puolelle kuin kolmannelle sektorille. Näin varmistetaan avun nopeampi saanti ja lisätään matalan kynnyksen tukea.

# Lähteet

- Betti G., Dourmashkin N., Mariacristina R., & Yin Y. P. (2007). Consumer over-indebtedness in the EU: Measurement and characteristics. *Journal of Economic Studies*, 34(2), 136–56.
- Berger L. M. & Houle J. N. (2016). Parental debt and children's socioemotional well-being. *Pediatrics*, 137(2).
- Blomgren J., Maunula N., & Hiilamo H. (2014). Sairastuttaako velka? 15 vuoden seurantatutkimus pitkäaikaisesti ylivelkaantuneista. *Yhteiskuntapolitiikka*, 79(3), 245–263.
- Conger R. D. & Donnellan M. B. (2007). An interactionist perspective on the socioeconomic context of human development. *Annual Review of Psychology* 58, 175–199.
- Hakovirta M. & Kallio J. (2014). Lasten käsityksiä köyhyydestä ja köyhyyden syistä. *Yhteiskuntapolitiikka* 79(2), 152–162.
- Have T. M., Tuithof M., Van Dorsselaer S., De Beurs D., Jeronimus B., De Jonge P. & De Graa, R. (2021). The bidirectional relationship between debts and common mental disorders: Results of a longitudinal population-based study. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 48(5), 810–820.
- Hiilamo A., Luotonen N. & Hakovirta M. (2022). Suomalaisten lapsiperheiden ylivelkaantuneisuus maksuhäiriömerkintöjen valossa. *Yhteiskuntapolitiikka* 87.
- Hiilamo H. (2021). The legacy of economic recession in terms of over-indebtedness: A framework and review of the evidence. *Social Policy and Society* 20(1), 111–124.
- Hiilamo A. (2019). Velat ja mielenterveys – mitä tiedämme, mitä pitäisi vielä tietää? Näyttöön perustuvat suositukset käytännön työhön. *MIELI Suomen Mielenterveys ry.*
- Hiilamo H. (2018). *Household Debt and Economic Crises*. Cheltenham: Edward Elgar Publishing.
- Honkkila J. (2015). Riittävä toimeentulo takaa hyvinvointia. *Tilastokeskus: Tieto & Trendit*. Verkkosivu. Viitattu 1.2.2023. [Riittävä toimeentulo takaa hyvinvointia | Tieto&trendit \(tilastokeskus.fi\)](https://tilastokeskus.fi/riittava-toimeentulo-takaa-hyvinvointia-tieto-trendit)
- Isola A.-M., Roivainen I. & Hiilamo H. (2022). Lone mothers' experiences of poverty in Finland - a capability approach. *Nordic Social Work Research* 12(1), 192–205.
- Isola A.-M. & Suominen E. (2016). *Suomalainen köyhyys*. Helsinki: Into Kustannus.
- Kainulainen S. (2018). Tulojen ja onnellisuuden välinen yhteys Suomessa. *Kansantaloudellinen aikakauskirja* 114.
- Kaittila A., Moisio M., Viitasalo K., Isoniemi H., Välimäki S. & Hakovirta M. (2022). Lapsiperheiden vahvat rahataidot (VaRa) -intervention kehittäminen ja tutkimus. *Kasvun tuki* 2/2022.
- Leppänen H., Kapman O., Autio R., Karolaakso T., Näppilä T., Rissanen. P. & Pirkola S. (2022). Socioeconomic factors and use of psychotherapy in common mental disorders predisposing to disability pension. *BMC Health Services Research*, 22.
- Luomavuori J., Rauma J., Rosenberg M. & Vesanen H. (2023). Tietoa ja toivoa – ylivelkaantuneiden lapsiperheiden vanhempien kuvauksia saadusta tuesta ja tuen tarpeista. Helsingin yliopisto, sosiaalityön käytäntötutkimus. 18.4.2023 julkaisematon tutkimusraportti, joka julkaistaan socca.fi-sivustolla.
- Majamaa K. & Rantala K. (2020). Katsaus viime vuosien ylivelkaantumiskehitykseen. *Valtioneuvoston selvitys*, 5/2020.
- Merikukka M. (2020). Lapsuuden elinolojen yhteydet aikuisuuden hyvinvointiin. *Kansallinen siirtymäkohortti 1897-rekisteritutkimus*. Oulun yliopisto.
- Ong Q., Theseira W. & Ng I. Y. H. (2019). Reducing debt improves psychological functioning



and changes decision-making in the poor. *PNAS*, 116.

Papp L. M., Cummings E. M. & Goeke-Morey M. C. (2009). For richer, for poorer: Money as a topic of marital conflict in the home. *Family Relations, Interdisciplinary Journal of Applied Family Science*, 58(1), 91–103.

Peura-Kapanen L., Aalto K., Lehtinen A. & Järvinen R. (2016). Ylivelkaantumisen ehkäisyn ja hoidon tehostaminen. *Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja*, 26.

Poppe, C., Lavik, R., & Borgeraas, E. (2016). The danger of borrowing in the age of financialization. *Acta Sociologica*, 59(1), 19–33.

Prentice C. (2021). *Over-indebtedness and consequences for well-being*. Queen's University, Belfast.

Raijas A., Kalmi P., Ranta M. & Ruuskanen O.-P. (2020). Suomalaisten talousosaaminen – Analyysi 2000-luvulla tehtyjen tutkimusten ja selvitysten perusteella. Suomen Pankki. Yleistajuiset selvitykset 119.

Richardson T., Elliott P. & Roberts R. (2013). The relationship between personal unsecured debt and mental and physical health: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33(8).

Ruotsalainen P. (2021). Lapsia elää tulojakauman kaikissa luokissa – köyhyysriski suurin nuorissa ja isoissa perheissä. *Tilastokeskus: Tieto & Trendit*.

Saari J., Eskelinen, N., & Björklund, L. (2020). Raskas perintö – ylisukupolvinen huono-osaisuus Suomessa. *Tallinna. Gaudeamus*.

Saari, J. (2015). *Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla*. Helsinki: Gaudeamus.

Salmi, M. (2020). Lapsiperheiden köyhyys pitää yllä köyhyyden kierrettä. Teoksessa J., Kallio, & M., Hakovirta (toim.) *Lapsiperheiden köyhyys ja huono-osaisuus*, EPUB-versio. Vastapaino: Tampere.

Salmi, M., & Kestilä L. (2019). Toimeentulokokemukset ja hyvinvoinnin erot alakoululaisten perheissä. *Tuloksia Kouluterveyskyselyn 2017 vanhempien aineistosta*. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Solantaus T., Leinonen J., & Punamäki, R.-L. (2004). Children's mental health in times of economic recession: Replication and extension of the family economic stress model in Finland. *Developmental Psychology*, 40(3).

Sun A. R. & Houle, J. N. (2020). Trajectories of unsecured debt across the life course and mental health at midlife. *Society and Mental Health* 10(1), 61–79.

Talousneuvola 2023. Talous- ja velkaneuvonta. Verkkosivu. Viitattu 12.4.2023. [https://oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta/fi/index/apuatalousvaikeuksiin\\_1/otayhteytta/talousneuvola.html](https://oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta/fi/index/apuatalousvaikeuksiin_1/otayhteytta/talousneuvola.html)

Tilastokeskus, Perheet 2020. (2020). Verkkosivu. Viitattu 10.1.2023. [Tilastokeskus - Perheet 2020 \(stat.fi\)](https://tilastokeskus.fi/til/perheet/2020/stat.fi)

Viitasalo K. (2019). Mistä taloussosiaalityössä on kyse? Teoksessa Zechner M., Karjalainen S & Viitasalo K. (toim.) *Avauksia taloussosiaalityöstä*. Jyväskylän yliopisto.

Wahlbeck K., Hannukkala M., Parkkonen J., Valkonen J., & Solantaus T. (2017). Mielenterveyden edistäminen kansanterveystyön ytimessä. *Duodecim*, 133, 985–992.

Wahlbeck K., Hietala K., Kuosmanen L., McDavid D., Mikkonen J., Parkkonen J., Reini K., Salovuori S., & Tourunen J. (2018). Toimivat mielenterveys- ja päihdepalvelut. *Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja* 89/2018.

Warth J., Puth M.-T., Tillman J., Porz J., Zier U., Weckbecker K., & Münster E. (2019). Over-indebtedness and its association with sleep and sleep medication use. *BMC Public Health*.

Östergren P.-O., Bodin T., Canivet C., Moghaddassi M. & Vilhelmsson A. (2022). Selling one's future: Over-indebtedness and the risk of poor mental health and the role of precarious employment – results from the Scania Public Health Cohort, Sweden. *BMJ Open*.

# Liite 1

## Miten ylivelkaantuminen näkyy lapsiperheissä?

Pakolliset kysymykset merkitty tähdellä (\*)

Hei sinä alle 18-vuotiaan lapsen vanhempi,

Onko sinun perheelläsi kokemusta ylivelkaantumisesta tai maksuvaikeuksista? Vastaamalla MIELI ry:n YLVA-hankkeen kyselyyn voit auttaa kehittämään ratkaisuja ylivelkaantuneiden perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Vastaaminen vie aikaa noin 15–20 minuuttia. Varaathan riittävästi aikaa, sillä kyselyyn ei pysty palaamaan enää lähettämisen jälkeen.

Kyselyssä kartoitetaan, miten ylivelkaantuminen ilmenee lapsiperheissä ja millaisia vaikutuksia sillä on koko perheen hyvinvointiin, vanhemmuuteen ja arjen voimavaroihin. Ylivelkaantuminen on entistä ajankohtaisempi ja yhä useampaa lapsiperhettä koskettava asia. Onkin tärkeää saada ajantasaista tietoa perheiden moninaisista tilanteista.

YLVA – ylivelkaantuneiden mielenterveyden ja vanhemmuuden tukeminen -hanke hyödyntää keräämäänsä aineistoa ammattilaisten ja vanhempien mielenterveyttä tukevien taitojen vahvistamisessa koulutusten ja tapahtumien avulla. Lisäksi kyselytuloksista viestimällä lisätään päättäjien ja ammattilaisten ymmärrystä ylivelkaantumisen vaikutuksista koko perheeseen ja mielen hyvinvointiin.

**HUOM!** Vastaamalla tähän kyselyyn hyväksyt, että kyselyaineistoa saatetaan hyödyntää tutkimuksellisiin tarkoituksiin esimerkiksi opinnäytetöihin sekä muussa kehittämistyössä. Aineistoa käsitellään, niin etteivät yksittäiset vastaajat ole tunnistettavissa.

Kyselyyn vastataan anonymisti eikä siinä kysytä suoria tunniste- tai henkilötietoja. Toivomme, ettet kirjoita avovastauksiin tietoja, joista sinä tai läheisesi olisitte tunnistettavissa. Lue tarkemmin kyselyssä kerättyjen tietojen käsittelystä YLVA-hankkeen tekemästä selosteesta.

Halutessasi voit osallistua kyselyyn vastaamisen jälkeen arvontaan jättämällä sähköpostiosoitteesi erilliselle arvontalomakkeelle. Arvontaan osallistuneiden kesken arvotaan 3 kappaletta S-ryhmän 50 euron lahjakorttia. Arvontaan annettuja yhteystietoja käsitellään luottamuksellisesti, eivätkä ne ole yhdistettävissä kyselyn vastauksiin.

**Jos olet kyselyyn vastaamisen lisäksi kiinnostunut osallistumaan YLVA-hankeessa kehitettävien materiaalien ja tapahtumien suunnitteluun ja kertomaan tarinasi, olethan rohkeasti yhteydessä** YLVA:n hanketyöntekijöihin: Janette Vesterinen tai Minna Magnusson, etunimi.sukunimi@mieli.fi. Voit jättää yhteystietosi myös arvontalomakkeen yhteydessä.

## Taloustilanne, velkaantuminen ja maksuvaikeudet

Tuloja voi syntyä palkoista, omasta yrityksestä, eläkkeistä, työttömyysturvasta, muista sosiaalietuuksista (esim. lapsilisät, asumis- ja elatustuet) tai pääomatuloista.

Jos lasket yhteen perheenne (samassa taloudessa asuvat) kaikki tulot verojen vähentämisen jälkeen, kuinka paljon ne ovat yhteensä kuukaudessa? Jos et tiedä tarkkaa lukua, voit kertoa arviosi. Voit myös tarkastaa tulot esim. tiliotteilta tai verkkopankistasi.

1. Perheemme yhteenlasketut kuukausitulot verojen vähentämisen jälkeen ovat: \*

- alle 500 euroa
- 500–999 euroa
- 1 000–1 999 euroa
- 2 000–2 999 euroa
- 3 000–3 999 euroa
- 4 000–4 999 euroa
- 5 000–6 999 euroa
- 7 000–9 999 euroa
- 10 000–15 000 euroa
- yli 15 000 euroa
- En halua/ osaa sanoa

2. Onko perheelläsi muuta varallisuutta? (Voit valita useamman vaihtoehdon) \*

- Omistusasunto
- Säästöjä
- Sijoituksia
- Muuta, mitä? .....
- En halua/ osaa sanoa

3. Miten perheesi taloudellinen tilanne on muuttunut viimeisen vuoden aikana? \*

- Muuttunut selvästi parempaan suuntaan
- Muuttunut jonkin verran parempaan suuntaan
- Pysynyt ennallaan
- Muuttunut jonkin verran heikompaan suuntaan
- Muuttunut selvästi heikompaan suuntaan
- En halua/ osaa sanoa

4. Mikä seuraavista kuvaa parhaiten perheenne taloudellista turvallisuuden tunnetta? \*

- Meillä on taloudellista joustoa (esim. säästöjä)
- Tulemme toimeen, mutta ei ole jouston varaa, jos tulisi yllättäviä kuluja
- Sinnittelemme jatkuvasti toimeentulon suhteen
- Meillä on vaikeuksia tulla toimeen ja/tai velkaongelmia
- En halua/ osaa sanoa

5. Minkälaista velkaa perheelläsi on? (Voit valita useamman vaihtoehdon) \*

- Asuntolaina
- Opintolaina
- Autolaina
- Luottokorttivelka
- Internetin kautta otettu pikalaina, joustoluotto tai muu kulutusluotto
- Pankista otettu kulutusluotto
- Osamaksuvelka
- Vuokraelka
- Laskurästit
- Velka, jollekin henkilölle (esim. sukulaiselle, tutulle)
- Muuta, mitä? .....
- En halua/ osaa sanoa

**6. Kuinka paljon perheelläsi on tällä hetkellä arviolta asuntolainaa (omistus- tai asumisoikeusasunnosta)? \***

- Alle 10 000 €
- 10 000–19 999 €
- 20 000–49 999 €
- 50 000–99 999€
- 100 000–149 999€
- 150 000–299 999 €
- Vähintään 300 000 €
- En halua/ osaa sanoa

**7. Paljonko perheelläsi on arviolta velkaa yhteensä? \***

- alle 10 000 euroa
- 10 000–29 999 euroa
- 30 000–49 999 euroa
- 50 000–69 999 euroa
- 70 000–99 999 euroa
- 100 000–149 999 euroa
- 150 000–199 999 euroa
- 200 000–249 000 euroa
- 250 000–299 000 euroa
- 300 000 tai enemmän
- En halua/ osaa sanoa

**8. Onko perheelläsi tällä hetkellä vaikeuksia maksaa jotakin velkaa / velkoja takaisin? \***

- Ei maksuvaikeuksia
- Kyllä, jonkin verran maksuvaikeuksia
- Kyllä, merkittäviä maksuvaikeuksia
- En halua/ osaa sanoa

**9. Milloin maksuvaikeutenne alkoivat? \***

- Alle 6 kk sitten
- Noin 6–12 kk sitten
- Noin 1–2 vuotta sitten
- Noin 3–5 vuotta sitten
- Yli 5 vuotta sitten
- En halua/ osaa sanoa

**10. Onko sinulla tai puolisollassi: \***

	Kyllä	Ei	En halua/ osaa sanoa
Maksuhäiriömerkintä			
Laskuja, velkoja tai lainoja perinnässä			
Laskuja, velkoja tai lainoja ulosotossa			
Muita talousongelmia kuin ylivelkaantuminen			

11. Onko joku läheinen, muu henkilö tai taho auttanut perhettänne taloudellisesti viimeisen vuoden aikana? \*

- Kyllä. Jos niin, miten: .....
- Ei
- En halua/ osaa sanoa

12. Mitkä eri asiat ovat vaikuttaneet perheesi ylivelkaantumiseen tai maksuvaikeuksiin? Voit valita useamman vaihtoehdon. \*

- Oma tai puolison työttömyys
- Liian pienet/ alentuneet tulot
- Ero
- Oma tai perheenjäsenen fyysinen sairastuminen
- Oma tai perheenjäsenen psyykinen sairastuminen
- Oma tai puolison riippuvuusongelma. Tarkenna: .....
- Perheen kulutuskäyttäytyminen
- Lainan/ luoton saannin helppous
- Vaikeus hoitaa raha-asioita
- Omasta lapsuuden kodista opittu malli rahankäytöstä ja raha-asioiden hoidosta
- Hintojen nousu (esim. asuminen, ruoka, energia ym.)
- Yhteiskunnan riittämättömät tuet
- Vaikeudet hakea tai saada yhteiskunnan tukia
- Taloudellinen väkivalta (esim. rahaan liittyvä kontrollointi/hyväksikäyttö, työssäkäynnin rajoittaminen)
- Muu, mikä? .....
- En halua/ osaa sanoa

13. Voit halutessasi kertoa vielä omin sanoin, millaisia asioita on perheesi maksuvaikeuksien tai ylivelkaantumisen taustalla.

.....

## Taloushuolten vaikutukset

14. Ovatko maksuvaikeudet/taloushuolet esiintyneet arkielämässäsi muina kuin taloudellisina ongelmina? Voit valita useamman vaihtoehdon. \*

- Ei
- Lisääntyneenä stressinä
- Mielialaan liittyvinä oireina. Minkälaisina? .....
- Itsemurha-ajatuksina
- Häpeän tunteena
- Alentuneena itseluottamuksena
- Fyysisinä oireina, kuten päänsärkynä, vatsavaivoina, kipuina
- Ihmissuhteissa (kuten riitoina, välirikkoina)
- Vähäisempänä osallistumisena sosiaalisiin tilanteisiin
- Opiskelussa tai työnteossa, kuten muistihäiriöinä tai keskittymiskyvyn heikkenemisenä
- Saamattomuutena hoitaa arkisia asioita
- Jaksamiseen vanhempana (esim. lyhyempi pinna, poissaolevuus)
- Huolestumisena lapseni/lasteni hyvinvoinnista
- Muuten, miten? .....
- En halua/ osaa sanoa

15. Kuinka usein koet huolta seuraavista asioista? \*

	Ei koskaan	Harvoin	Joskus	Usein	Lähes koko ajan	En halua/ osaa sanoa
1. Perheen veloista selviytymisestä tai rahojen riittävydestä						
2. Omasta jaksamisesta ja mielen hyvinvoinnista						
3. Perheen arjen sujumisesta						
4. Taloustilanteen vaikutuksesta lapsiin						
5. Talousvaikeuksien vaikutuksesta parisuhteeseen						

16. Millä tavoin koet perheen taloustilanteen vaikuttavan lapsiisi?

Voit valita useamman vaihtoehdon. \*

- Ei mitenkään
- Rajoittaneen lapsiin liittyvien hankintojen tekemistä
- Rajoittaneen harrastamista
- Vaikeuttaneen kaverisuhteita
- Ulkopuolisuuden kokemuksina
- Huolena/ stressinä perheen toimeentulosta
- Myönteisinä asioina, miten? .....
- Muutoin, miten? .....
- En halua/ osaa sanoa

17. Voit halutessasi kertoa vielä omin sanoin, millaisia vaikutuksia maksuvaikeuksilla tai ylivelkaantumisella on ollut perheesi elämään.

.....

## Avun ja tuen hakeminen ja saaminen

18. Oletko keskustellut jonkun kanssa perheenne ylivelkaantumisesta/maksuvaikeuksista? Voit valita useamman vaihtoehdon. \*

- Puoliso
- Sukulainen
- Ystävä tai muu läheinen
- Talous/velkaneuvoja
- Oman pankkini työntekijä
- Perintäyhtiön työntekijä
- Järjestön työntekijä/ vapaaehtoinen (esim. chat, auttava puhelin)
- Sosiaalityöntekijä
- Diakoniatyöntekijä
- Kriisityöntekijä
- Nimettömästi internetissä esim. keskustelupalstalla/chatissa
- Vertaisryhmässä
- Muu taho, mikä?.....
- En ole keskustellut kenenkään kanssa. Miksi et?.....
- En halua/ osaa sanoa

19. Koetko saaneesi apua tai tukea tilanteeseenne? \*

- Hyvin
- Melko hyvin
- Ei hyvin eikä huonosti
- Melko huonosti
- Erittäin huonosti
- En ole tarvinnut tukea
- En halua/ osaa sanoa

20. Millaisesta tuesta tai tiedosta on ollut apua?

.....

21. Millainen apu/tuki olisi ollut tarpeen?

.....

22. Minkä viestin, toiveita tai ratkaisuehdotuksia haluaisit välittää päättäjille ja ylivelkaantuneita vanhempia kohtaaville ammattilaisille?

.....

## Mielenterveys- ja vanhemmuustaidot sekä perheen arjen voimavarat

23. Miten velkaongelma/maksuvaikeudet ovat vaikuttaneet mahdollisuuksiisi tai kykyysi pitää huolta mielen hyvinvointiin liittyvistä voimavaroista:

Arvioi asteikolla 1–5 \*

	1 On selvästi vaikeampaa	2 On jonkin verran vaikeampaa	3 Pysynyt ennallaan	4 On jonkin verran helpompaa	5 On selvästi helpompaa	6 En halua/ osaa sanoa
Arjen rytmistä kiinni pitäminen						
Riittävä lepo ja nukkuminen						
Monipuolisesti syöminen						
Riittävä liikkuminen itselle mieluisalla tavalla						
Rentoutuminen itselleni sopivalla tavalla						
Mielihyvää tuottavien asioiden tekeminen (harrastukset, arkiset asiat)						
Yhteyden pitäminen ystäviin ja läheisiin						
Avun pyytäminen itselle tarvittaessa						
Myötätuntoinen suhtautuminen itseän						

24. Onko ylivelkaantuminen/maksuvaikeudet vaikuttaneet vanhemmuuteesi?

Arvioi seuraavia väittämiä asteikolla 1–5 \*

	1 On selvästi vaikeampaa	2 On jonkin verran vaikeampaa	3 Pysynyt ennallaan	4 On jonkin verran helpompaa	5 On selvästi helpompaa	6 En halua/ osaa sanoa
Lapsen tarpeisiin vastaaminen						
Rakkauten ja empatian osoittaminen lapselle						
Onnistumisten huomaaminen vanhempana						
Omaa hyvinvointiani tukevien asioiden tiedostaminen						
Kokemus riittävän hyvästä vanhemmuudesta						



25. Koetko joidenkin seuraavien asioiden vahvistaneen perheenne pärjävyyttä ja arjen sujuvuutta hankalasta taloustilanteesta huolimatta. Voit valita useita vaihtoehtoja.

- Perheenjäsenten onnistumisten huomioiminen
- Perheen yhteinen tekeminen
- Riittävä uni ja lepo
- Säännöllinen vuorokausirytmä
- Kotitöiden ja vastuiden jakaminen perheessä
- Apua ja tukea antavat palvelut
- Tuen saanti läheisiltä/ sukulaisilta
- Yhteistyö vanhemmuudessa
- Ilon hetkiä puolison/kumppanin kanssa
- Arjen rutiinien sujuminen
- Perheen yhteisten sääntöjen sopiminen
- Perheenjäsenten kaikenlaisten tunteiden hyväksyminen ja kohtaaminen
- Rakentava keskustelu perheenjäsenten kesken
- Yhteinen ymmärrys perheen tilanteesta
- Lapsen ja/tai nuoren harrastukset
- Lapsen ja/tai nuoren kaverisuhteet
- Hyvä suhde päiväkotiin/kouluun
- Muu, mikä? .....

26. Minkälainen tuki hyödyttäisi perheenne arjen sujuvuutta tai lisäisi voimavarojanne?

.....

## Taustakysymyksiä

27. Sukupuoli \*

- Mies
- Nainen
- Muu
- En halua/ osaa sanoa

28. Mihin ikäryhmään kuulut \*

- alle 18
- 18-29
- 30-49
- 50-62
- 63-79
- 80 vuotta tai yli
- En halua/ osaa sanoa

**29. Asuinalue \***

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Ahvenanmaa      | <input type="checkbox"/> Länsi-Uusimaa        |
| <input type="checkbox"/> Etelä-Karjala   | <input type="checkbox"/> Pirkanmaa            |
| <input type="checkbox"/> Etelä-Pohjanmaa | <input type="checkbox"/> Pohjanmaa            |
| <input type="checkbox"/> Etelä-Savo      | <input type="checkbox"/> Pohjois-Karjala      |
| <input type="checkbox"/> Itä-Uusimaa     | <input type="checkbox"/> Pohjois-Pohjanmaa    |
| <input type="checkbox"/> Kainuu          | <input type="checkbox"/> Pohjois-Savo         |
| <input type="checkbox"/> Kanta-Häme      | <input type="checkbox"/> Päijät-Häme          |
| <input type="checkbox"/> Keski-Pohjanmaa | <input type="checkbox"/> Satakunta            |
| <input type="checkbox"/> Keski-Suomi     | <input type="checkbox"/> Vantaa-Kerava        |
| <input type="checkbox"/> Keski-Uusimaa   | <input type="checkbox"/> Varsinais-Suomi      |
| <input type="checkbox"/> Kymenlaakso     | <input type="checkbox"/> Helsinki             |
| <input type="checkbox"/> Lappi           | <input type="checkbox"/> En halua/ osaa sanoa |

**30. Korkein suoritettu tutkinto \***

- Peruskoulu
- Ylioppilastutkinto
- Ammattikoulu tai ammatillinen tutkinto
- AMK tai alempi yliopisto/korkeakoulututkinto
- Ylempi yliopisto-/korkeakoulututkinto
- En halua/ osaa sanoa

**31. Olen tällä hetkellä ensisijaisesti: (Voit valita enintään kolme vaihtoehtoa) \***

- Kokopäivätyössä
- Osa-aikatyössä
- Yrittäjä
- Opiskelija
- Työtön
- Eläkkeellä
- Perhe-/hoitovapaalla
- Ase-/siviilipalveluksessa
- Muu, mikä? .....
- En halua/ osaa sanoa

**32. Siviilisäätyni: \***

- Naimaton
- Avoliitossa
- Avioliitossa/ Rekisteröidyssä parisuhteessa
- Eronnut
- Leski
- Muu, mikä? .....
- En halua/ osaa sanoa

**33. Montako lasta perheeseesi kuuluu? Merkitse määrät alla olevaan taulukkoon. \***

	1	2	3	4	5 tai enemmän	Ei koske/ En halua kertoa
Kotona asuvia						
Vuoroasuvia						
Kotonani asuvia sijaislapsia						
Lapsi/lapsia sijoitettu tai huostaanotettu						
Muulla itsenäisesti asuvia						

**34. Merkitse perheesi eri-ikäisten lasten määrät:**

0–1 -vuotias/vuotiaita.....

2–3 -vuotias/vuotiaita.....

4–6 -vuotias/vuotiaita.....

7–12 -vuotias/vuotiaita.....

13–18 -vuotias /vuotiaita.....

Kotona asuva yli 18 -vuotias/vuotiaita.....

**35. Mikä/mitkä seuraavista kuvaa(vat) perhemuotoasi parhaiten.**

**Voit valita useamman vaihtoehdon: \***

- Ydinperhe/ Ensiperhe
- Uusperhe
- Yhden vanhemman perhe
- Monikulttuurinen perhe
- Sijaisperhe (perheeseeni on sijoitettu lapsia)
- Muu, mikä?.....
- En osaa/ halua sanoa

**36. Merkitse perheessäsi pääasiassa käytetyt kielet: \***

- suomi
- ruotsi
- venäjä
- viro
- arabia
- somali
- englantti
- Muu, mikä?.....
- En halua kertoa

## **KIITOS VASTAAMISESTA!**

Vastausten lähettämisen jälkeen sinun on mahdollista osallistua arvontaan ja/tai jättää yhteystietosi, jos olet kiinnostunut jakamaan kokemuksiasi ylivelkaantumisesta YLVA-hankkeelle. Saat kiitosviestissä linkin erilliselle lomakkeelle.

Sähköpostiosoitteensa jättäneiden kesken arvotaan 3 kappaletta S-ryhmän 50 euron lahjakorttia. Voittajille lähetetään sähköpostitse tieto voitosta viimeistään perjantaina 14.10.2022. Samalla pyydetään yhteystiedot lahjakortin lähettämistä varten.

Arvontalomakkeelle antamaasi sähköpostiosoitetta käytetään vain arvontaan, eikä sitä yhdistetä kyselyssä aiemmin antamiisi vastauksiin. Mikäli voittajaa ei tavoiteta sähköpostilla kahden viikon kuluessa arvonnasta, arvotaan uusi voittaja.

Yhteystiedot säilytetään tietoturvallisesti Webropolin palvelimella siihen asti, kun arvonta on suoritettu ja voittajat sekä yhteystietonsa jättäneet on tavoitettu. Vastaajien IP-osoitteet säilyvät Webropolin web-palvelimen lokissa kaksi viikkoa. Tämän jälkeen tiedot poistetaan pysyvästi.

## **Kaikkia antamiasi tietoja käsitellään luottamuksellisesti.**

Lisätietoa:

projektipäällikkö Janette Vesterinen,  
janette.vesterinen@mieli.fi, puh. +358 40 4890826

tai

projektisuunnittelija Minna Magnusson,  
minna.magnusson@mieli.fi, puh. +358 40 351 5486

# Liite 2

## Seloste YLVA-hankkeen vanhemmille suunnatun kyselyn tietojen käsittelystä

### 1. Kyselyn käyttötarkoitus

Kysely on osa MIELI Suomen Mielenterveys ry:n YLVA (ylivelkaantuneiden mielenterveyden ja vanhemmuuden tukemisen) –hanketta (v. 2022–2024). Kerättyä tietoa hyödynnetään YLVA-hankkeen hankekumppanien kanssa materiaalien, koulutusten ja tapahtumien kehittämisessä ylivelkaantuneita perheitä kohtaaville ammattilaisille sekä ylivelkaantuneille perheille.

Kyselyn tuloksia käytetään päättäjille ja suurelle yleisölle suunnatussa vaikuttamistyössä ja viestinnässä perheiden aseman parantamiseksi ja aiheeseen liittyvän häpeän vähentämiseksi.

Kyselyaineistoa saatetaan hyödyntää tutkimuksellisiin tarkoituksiin, esimerkiksi opinnäytetöihin sekä muussa kehittämistyössä, myös hankeajan jälkeen. Tällöin aineiston käyttö edellyttää MIELI Suomen Mielenterveys ry:n myöntämän tutkimusluvan.

### 2. Mitä tietoa kerätään?

Kyselyssä kysytään vastaajan taustatietoja (kuten sukupuoli, ikä, koulutustausta, siviilisäätty, asuinalue, tulonhankkimistavat, perhemuoto, perheen koko, perheen kieli/kielet) sekä taloustilanteeseen, mielenterveyteen, mielen hyvinvointiin, tuen saamiseen ja hakemiseen, vanhemmuuteen ja perheen arjen sujuvuuteen liittyviä asioita.

Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kyselyyn vastataan anonymisti Webropol-palveluun luodulla lomakkeella. Pakollisissa monivalintakysymyksissä on mahdollista valita aina myös En halua/ osaa sanoa -vaihtoehto.

Valintakysymysten lisäksi kyselylomakkeella on kysymyksiä, joihin voi vastata avovastauskenttiin vapaasti. Näihin vastatessa on hyvä huomioida, ettei kirjoita asioita, joista itse tai läheinen olisi tunnistettavissa.

### 3. Tietojen käsittely

YLVA-hankkeen aikana kyselyn vastauksia analysoivat YLVA-hankkeen työntekijät tai vaihtoehtoisesti palkattu ulkopuolinen taho. Vastauksia käsitellään sellaisessa muodossa, etteivät yksittäiset vastaajat ole tunnistettavissa.

Aineiston käyttö tutkimuksellisiin tarkoituksiin edellyttää tutkimusluvan saamisen MIELI Suomen Mielenterveys ry:ltä ja tutkimuseettisten periaatteiden noudattamista. Tämä tarkoittaa esimerkiksi aineiston tietoturvallista käsittelyä ja huolehtimista siitä, etteivät yksittäiset vastaajat ole tunnistettavissa.

Kyselyn vastaajien IP-osoitteet säilyvät Webropolin web-palvelimen lokissa kaksi (2) viikkoa. IP-osoitteisiin ei ole pääsyä muilla, kuin Webropolin teknisellä tiimillä, eikä tietoja luovuteta eteenpäin kenellekään, edes kyselyn laatijalle eli MIELI Suomen Mielenterveys ry:lle.

## **Aineiston säilytys**

Vastaukset tallentuvat Webropolin palvelimelle, joka sijaitsee Telia Inmics-Nebula Oy:n korkean tietoturvatason palvelinkeskuksissa Helsingissä. Webropolin tietoliikenne eri toimipisteiden ja palvelun tuottamiseen osallistuvien työntekijöiden etätyölaitteistoiden VPN-yhteys täyttää tietoturvaluokka TL III -tason vaatimukset.

Vastaukset siirretään viimeistään YLVA-hankkeen päätyttyä (vuoden 2025 alussa) Webropol -palvelimelta MIELI Suomen Mielenterveys ry:n tiedostopalvelimelle, johon on pääsy rajatulla joukolla. Aineistoa säilytetään MIELI ry:n palvelimella niin kauan, kuin sillä arvioidaan olevan käyttöä tutkimus- tai kehittämistoiminnassa. Kerätty tieto säilyy Webropol-palvelussa oletusarvoisesti (1) kuukausi siitä hetkestä, kun kysely on poistettu palvelusta, minkä jälkeen se poistetaan Webropolista kokonaan.

## **Lisätietoja**

projektipäällikkö Janette Vesterinen,  
nimi.sukunimi@miel.fi, puh. +358 40 4890826 tai  
projektisuunnittelija Minna Magnusson,  
nimi.sukunimi@mieli.fi, puh. +358 40 351 5486



## ”Kuunnelkaa koko tarina ja pysykää rinnalla”

YLVA-hankkeen selvitys Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen kertoo monista ylivelkaantumiseen johtavista syistä ja poluista kuten nousseista elinkustannuksista, erosta, työttömyydestä ja sairastumisesta. Se kuvaa sitä, kuinka koko perheen hyvinvointi kärsii ja sosiaaliset suhteet kaventuvat talousvaikeuksissa. Yleisiä ovat mielialaoireet, unettomuus, epätoivon kokemukset ja voimakas stressi. Kokemukset selviävät 572 vastauksen aineistosta, joka kerättiin verkkokyselyssä ylivelkaantuneille vanhemmille syksyllä 2022.

Moni vanhempi on turvautunut vaikeuksissa myös läheisiin, koska avun hakeminen on koettu vaikeaksi, palvelujärjestelmä sirpaleiseksi, jonot pitkiksi, ja tieto auttavista tahoista puutteelliseksi. Vanhemmat kaipasivat kattavampaa ja varhaisempaa tukea. Hyödylliseksi koettiin paitsi talousneuvonta ja apu arjen pyörittämisessä, myös vertaistuki ja keskusteluapu. Vaikeuksien ratkomista helpottivat omien kokemusten sanoittaminen ja vuorovaikutuksellinen kohtaaminen. Vanhemmat toivoivat ymmärtäväistä, avointa kohtaamista, ja perheen tilanteen kokonaisvaltaista huomioimista. ”Muistuttakaa, että ulosottokierteessä oleva vanhempi ei ole huono vanhempi, eikä ihmisarvoa mitata rahassa.”

Selvityksessä pohditaan myös sitä, miten yhteiskunta pystyisi vastaamaan paremmin talousvaikeuksista kärsivien perheiden tarpeisiin. Siinä esitellään konkreettisia toimenpidesuosituksia mielenterveystyöhön ja -politiikkaan.

### YLVA-hanke tukee ylivelkaantuneita lapsiperheitä

Selvityksen toteuttanut YLVA-hanke (2022–2024) tukee ylivelkaantuneiden lapsiperheiden hyvinvointia ja mielenterveyttä, vanhemmuutta ja sujuvampaa arkea sekä ennaltaehkäisee ongelmien ylisukupolvisuutta. Tukea tarvitaan, koska talousvaikeudet ja ylivelkaantuminen ovat tutkitusti yhteydessä sekä vanhempien että lasten heikentyneeseen mielenterveyteen.

Hanke lisää perheitä kohtaavien ammattilaisten mielenterveysosaamista, tuottaa tietoa ja materiaalia perheiden hyvinvoinnin tueksi, sekä lisää tietoisuutta ylivelkaantumisen ja mielenterveyden yhteyksistä. YLVA-hanke tuottaa alueellisia tapahtumia ylivelkaantuneille perheille sekä koulutusta ammattilaisille ja vapaaehtoisille.

Sosiaali- ja terveysministeriö rahoittaa YLVA-hanketta Veikkauksen tuotoista, ja sitä hallinnoi MIELI Suomen Mielenterveys ry.

Lisätietoja hankkeesta  
[mieli.fi/ylva](https://mieli.fi/ylva)