

RFF-KESKI-POHJANMAA

Talousneuvonnan ja -ohjauksen toimintamalli yksilöasiakastyöhön

Soiten aikuissosiaalityö

Sisällysluettelo

Talousneuvonnan ja -ohjauksen toimintamalli yksilöasiakastyöhön	2
Köyhyys vs. taloudellinen hyvinvointi	2
Toimintamallin kuvaus	3
1. Taloudenhallinta arjessa:.....	5
Kartoitetaan asiakkaan nykytilanne ja muutostoiveet.	5
Asetetaan yhdessä asiakkaan kanssa tavoite, eli muutostoive työskentelylle.	5
Kotitehtävä	6
2. Sosiaaliset verkostot ja taloudellinen hyvinvointi:	7
Ecomap	7
Rahatarina	8
3. Raha ilmiönä:	10
Rahankäyttöön vaikuttavia asioita	10
Pohditaan keinoja, joilla voisi esim. estää nostamasta tai shoppailemasta tiliä tyhjäksi:.....	11
Kotitehtävä	12
4. Budjetointi eli taloussuunnitelma:	13
Laaditaan budjetti:	14
Tehtäviä	15
5. Yhteenvedo ja arviointia (tarvittaessa):	16
LÄHTEET:	17

Talousneuvonnan ja -ohjauksen toimintamalli yksilöasiakastyöhön

Köyhyys vs. taloudellinen hyvinvointi

Köyhyys / pienituloisuus **lamaannuttaa ihmistä ja kaventaa hänen toimijuuttaan**. Se kaventaa ihmisen vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia, ihmissuhteita ja sosiaalista elämää sekä **syrjäyttää yhteiskunnasta**.

Köyhyys / pienituloisuus aiheuttaa **suurta kuormitusta** ihmisen **mielenterveydelle, altistaa mielen-terveyden ongelmille ja fyysisille sairauksille**. Se on periytyvää sukupolvelta toiselle. Pienituloisuus on myös riski muille sosiaalisille ongelmille kuten päihdeongelmalle ja väkivallalle. Nämä ongelmat kulkevat usein ”käsi kädessä”.

Talousneuvonnan ja -ohjauksen toimintamallin avulla pyritään antamaan tukea matalalla kynnyksellä arjen talouden hallintaan käytännönläheisesti ja helposti lähestyttävällä työotteella. Kun oma talous on tasapainossa, edistää se yksilön taloudellista hyvinvointia ja toimintakykyä. Taloudellinen hyvinvointi on turvallisuuden tunnetta. Se on tunnetta siitä, että talous on hallussa, eikä se aiheuta ahdistusta tai stressiä. Se on myös varautumista tulevaan.

Taloudellisella toimintakyvyllä viitataan taloudelliseen lukutaitoon, johon yhdistyy kyky tehdä taloudellisesti perusteltuja valintoja ja päätöksiä. Se sisältää myös taloudelliset tiedot ja taidot, arjen taloudenhallinnan, kyvyn varautua tulevaan sekä myös muutoksiin, kyvyn seurata taloutta sekä kyvyn tehdä erilaisiin palveluihin ja tuotteisiin liittyviä valintoja. Taloudellinen hyvinvointi ja toimintakyky lisäävät ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja toimijuutta sekä edistää hänen osallisuuttaan yhteiskunnassa.

Toimintamallin kuvaus

Tässä toimintamallissa kuvataan talousneuvonnan ja ohjauksen 5 tapaamiskertaa. Jokaisella kerralla on oma teemansa, jota käydään asiakkaan kanssa yhdessä läpi. Viimeisellä, viidennellä tapaamiskerralla kootaan yhteen tapaamisia ja arvioidaan matkan kulkua.

Toimintamalli soveltuu käyttöön parhaiten sellaisten henkilöiden kanssa, joilla ei ole akuuttia rahongelmaa ja taloustilanne on jokseenkin tasapainossa, esimerkiksi etuudet on haettu ja mahdolliset velat ja rästit selvitetty sekä velkojen takaisinmaksut sovittu. Toki toimintamallia voidaan hyödyntää kaikkien asiakkaiden kanssa, jotka haluavat oppia hahmottamaan rahankäyttöään ja taloudenhallintaa.

Tapaamisten teemat ovat 1) nykytilanteen kartoittaminen ja muutostoiveet 2) sosiaaliset verkostot ja taloudellinen hyvinvointi 3) raha ilmiönä ja 4) budjetointi. Sisältöä voi käyttää soveltaen ohjenuorana asiakastyössä tai sitten sellaisenaan tapaamisissa teema kerrallaan. Mikäli asiakkaan kanssa on tarkoitus työskennellä mallin mukaisesti, asetetaan ensimmäisellä tapaamiskerralla tavoite eli mihin asiaan asiakas haluaa muutoksen. Tavoitteen saavuttamista voidaan arvioida viimeisellä tapaamiskerralla. Tapaamiset kannattaa sopia vähintään kolmen viikon välein, jotta prosessi pysyy käynnissä.

Teemojen läpikäyntiin tulee varata aikaa vähintään tunti, mielellään puolitoista. Toimintamalli sisältää joitakin tehtäviä, joita voi käyttää työvälineenä kartoitettaessa asiakkaan tilannetta ja rahankäyttöä.

Talousneuvonnan ja ohjauksen tavoitteena on, että asiakas alkaa hahmottaa omaa rahankäyttöään ja taloudenhallintaa, sekä ymmärtää siihen vaikuttavia tekijöitä. Lisäksi tavoitteena on, että hän kiinnostuu omasta taloudestaan ja haluaa oppia käyttämään rahaa siten, että taloudellinen hyvinvointi mahdollistuu.

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

Meidän kaikkien suhde rahaan ja sen käyttöön on kasvanut meissä lapsesta asti, ja siihen on vaikuttanut niin läheiset ihmiset kuin toimintaympäristömme, kulttuuri ja yhteiskunta, jossa elämme. Kun ymmärrämme toimintaamme ja sen taustasyitä, on meidän mahdollista muuttaa sitä.

1. Taloudenhallinta arjessa:

Kartoitetaan asiakkaan nykytilanne ja muutostoiveet.

- Luodaan luottamuksellista asiakassuhdetta kuuntelemalla empaattisesti, ei tuomita. Ollaan kiinnostuneita asiakkaan kertomasta.
- Luodaan ja ylläpidetään työskentelyssä toivoa asiakkaan tilanteeseen.
- Em. asioilla myös motivoidaan asiakasta työskentelyyn ja ottamaan omat raha-asiat haltuun.

Asetetaan yhdessä asiakkaan kanssa tavoite, eli muutostoive työskentelylle.

- Tavoitteen tulee olla mahdollisimman konkreettinen, jotta sen toteutumista on mahdollista arvioida ja mitata jotenkin.
- Mikäli tapaamisella jää aikaa ao. kysymysten jälkeen, voidaan siirtyä seuraavaan aihepiiriin.
 - o Millainen taloudellinen tilanteesi on tällä hetkellä?
 - o Mitä haasteita rahankäytössäsi on?
 - o Mitä vahvuuksia rahankäytössäsi on?
 - o Mitä haluat muuttaa taloustilanteessasi tai rahankäytössäsi? Minkä toivoisit olevan eri lailla?
- Asetetaan konkreettinen tavoite/muutostoive asiakkaan kertoman perusteella. Esim. ”Haluan, että rahat riittävät ruokaan koko kuukaudelle” tai ”Haluan aloittaa säästämisen”.

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

- Mietitään millä keinoilla päästään tavoitteeseen?
 - Pilkotaan tavoite vielä pienemmäksi ja mietitään konkreettiset välineet tavoitteen saavuttamiseksi. Esim. ”Mitä tarkoittaa, että rahat riittävät koko kuukaudelle? Paljonko rahaa pitäisi silloin jäädä käyttöön pakollisten menojen jälkeen?”
 - Esim. budjetoinnin opettelu / Selvitetään mihin rahat kuluvat / Mistä voisi vielä säästää? / Pidetäänkö rahat tilillä vai nostetaanko käteisenä talteen, eli miten ne pysyvät parhaiten tallessa?

Kotitehtävä:

- Ota talteen viikon ajalta ostoskuitteja kaupasta. Tutustu kuitteihin ja pohdi,
 - nouseeko ostoksista esille jotain erityistä, esim. mihin kuluu paljon rahaa.
 - entä nouseeko esille jotain yllättävää, mihin on kulunut yllättävän paljon rahaa?
- Pohdi lisäksi millainen rahan käyttäjä olet. Oletko esimerkiksi harkitseva, tuhlaileva, sääste-
liäs tai impulssiherkkä?
- Näistä omista pohdinnoista voi tehdä itselleen muistiinpanoja ja ottaa ne mukaan seuraavalle tapaamiselle.

2. Sosiaaliset verkostot ja taloudellinen hyvinvointi:

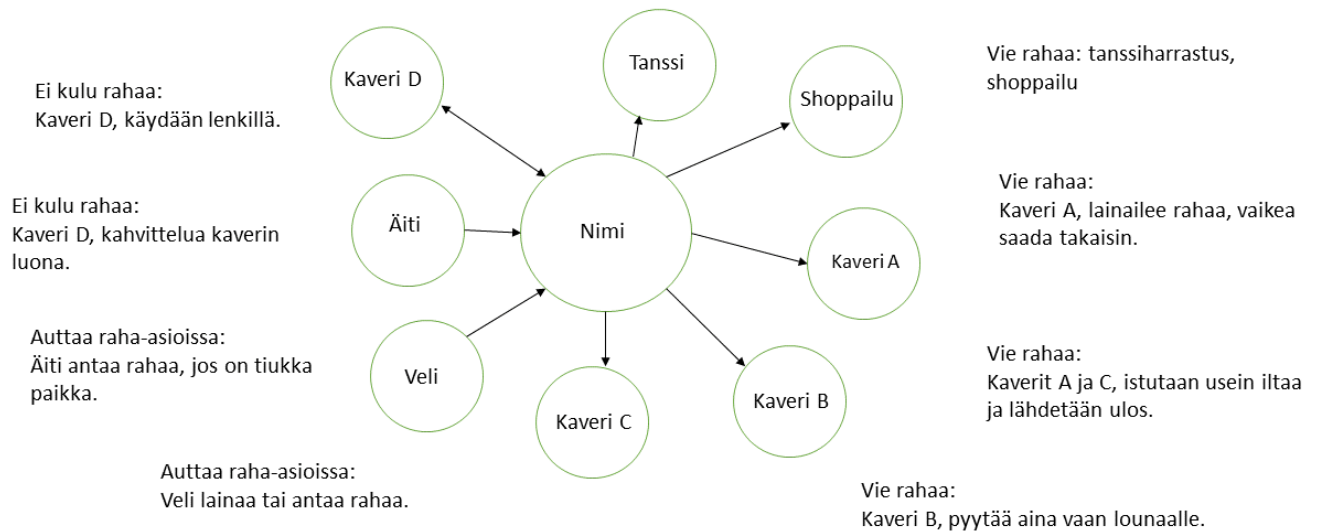
- Mikäli kotitehtävä on tehty, käydään se läpi yhdessä. Mihin kuittien perusteella menee paljon rahaa? Löytyikö niistä jotain yksittäisiä asioita? Nousiko kuiteista esille jotain yllättävää?
- Kotitehtävän jälkeen kartoitetaan asiakkaan sosiaaliset verkostot taloudellisesta näkökulmasta ja pohditaan suhdetta rahaan.

Ecomap

– Kartoitetaan sosiaalisia suhteita talouden näkökulmasta. Ecomapilla voidaan kuvata visuaalisesti henkilön sosiaalisia verkostoja. Asiakas piirtää itselleen ”kartan”. Tai sitten hän kirjaa ylös alla olevien kysymysten avulla sosiaalista verkostoa. Keskustellaan ao. kysymysten avulla asiakkaan ihmissuhteista ja siitä, voiko niihin tehdä sellaisia muutoksia, jotka lisäävät hänen taloudellista hyvinvointiaan.

- Ketkä ihmiset ja mitkä asiat kuuluvat arkeesi päivittäin/viikoittain/kuukausittain?
- Kenen kanssa teet asioita, joihin ei kulu rahaa? Entä mihin asioihin ei kulu rahaa?
- Keneltä voit saada tai kysyä neuvoa raha-asioissa?
- Kuka voi auttaa sinua raha-asioissa?
- Kuka / mikä vie rahojasi?
- Keneen et voi luottaa raha-asioissa? Entä keneen voit?

Ecomap – sovellettuna raha-asioiden kartoittamiseen



Esimerkki Ecomapin soveltamisesta raha-asioiden kartoittamiseksi.

Rahatarina

– Hahmotetaan oman rahatarinan avulla sitä, miten nykyinen suhde rahaan on syntynyt. Rahatarinaa sovelletaan siten, että ao. asioita pohditaan yhdessä keskustellen. Asiakas voi halutesaan piirtää itselleen aikajanan tai tehdä muistiinpanoja.

Rahatarina - Rahan käyttö:

- Miten lapsuuden perheessäsi käytettiin rahaa? / Miten vanhempasi tai muut läheisesi käyttivät rahaa, kun olit lapsi?

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

- Minkälaisia rahankäyttötapoja tunnistat lapsuuden perheestäsi/lähipiiristäsi? Onko/oliko läheisissäsi säästäväisiä vai esim. tuhlailevia ihmisiä?
- Onko näistä rahankäytön malleista siirtynyt jokin sinulle? Entä miten oma rahankäyttösi eroaa lähipiirin tavoista?
- Kuka on eniten vaikuttanut rahankäyttöösi (lapsuuden perheestä)?
- Miten lapsuudessasi puhuttiin rahasta? Kuka puhui, miten ja missä tilanteissa?
- Millainen rooli rahalla oli kasvatuksessasi? Saitko esim. viikkorahaa? Tuliko sen eteen tehdä kotitöitä tms.?

Rahatarina - Taloudelliset tilanteet. Voit tehdä tapahtumista aikajanan tai muistiinpanoja:

- Millainen taloudellinen tilanne lapsuuden perheelläsi on ollut sinun lapsuudessasi ja nuoruudessasi, jopa ennen syntymääsi?
- Millaisia taloudellisia haaveita sinulla oli lapsena tai nuorena? Miten ne ovat toteutuneet?
- Millaisia taloudellisia tilanteita sinulla on ollut (kotoa lähdön jälkeen)? Milloin tilanne on muuttunut huonompaan tai parempaan?
- Millä yhteiskunnallisilla ilmiöillä on ollut vaikutusta sinuun, esimerkiksi nousukausi, lama, korona-aika, inflaatio, maksutapojen muutos (käteisestä virtuaaliseen), kulutustrendit jne.?
- Pohditaan lopuksi yhdessä, mitkä asiat tai ketkä henkilöt ovat vaikuttaneet eniten asiakkaan nykyiseen taloudelliseen tilanteeseen ja siihen, millaisia rahan liittyviä arvoja ja asenteita sekä käyttäytymismalleja hänellä on.

3. Raha ilmiönä:

- Käydään läpi asioita, jotka vaikuttavat rahankäyttöön ja vaikeuttavat sitä.
- Luodaan ymmärrystä sille, että rahankäyttö ei aina ole helppoa, ja omiin valintoihin vaikuttaa monet asiat.
- Pohditaan yhdessä, tunnistaako asiakas ao. asioita omassa rahankäytössään. Millä tavalla ne vaikuttavat siihen? Mitä niille voisi tehdä?

Rahankäyttöön vaikuttavia asioita

- Elämme **kulutuskeskeisessä yhteiskunnassa**, jossa rahasta puhuminen on edelleen **tabu**. Kotona ei välttämättä ole puhuttu rahasta ja siitä, miten esimerkiksi laskut ja vuokra maksetaan. Mistä opimme rahan käyttöä, jos sitä ei opeteta kotona?
- Tunteet, persoona, arvot, asenteet, tarpeet, lapsuudessa opitut mallit ja tavat, muut käytännön tottumukset ja rutiinit, kuormittava elämäntilanne, sosiaaliset paineet. Kaikki nämä vaikuttavat rahan käyttöön.
 - Pohditaan yhdessä, miten esim. tunteet ja arvot vaikuttavat rahankäyttöön. Ostammeko kaupasta eri asioita väsyneenä tai nälkäisenä, kuin pirteänä ja kylläisenä?
- Usein identiteettimme perustuu ostamiseen ja kuluttamiseen; miltä haluan näyttää, mitä haluan viestiä muille, mitä vaatemerkkejä käytän?
- **Markkinointi ja sosiaalinen media** luo vääristyneitä mielikuvia elämästä ja houkuttelee kulluttamaan. Näemme joka puolella kuvastoa siitä, millaista ”hyvä elämä on ja mitä siihen kuuluu”. Vertaamme mm. niiden kautta jatkuvasti itseämme muihin, monesti tiedostamatta:

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

- Pohditaan yhdessä, mitä asioita huomioimme somesta/mainoksista? (Esim. kavereiden lomamatkat?)
- Raha on nykyään usein vain virtuaalisessa muodossa verkkopankissa, jolloin sen käyttöä on vaikeampi hahmottaa. Lisäksi lähes kaiken saa tilattua netistä muutamalla napin painalluksella. Ja lähes kaiken saa tilattua kotiovelle.
- Nykyajan nopeatempoinen elämänrytmi luo meissä keskittymiskyvyttömyyttä ja impulsiivista käytöstä.

Pohditaan keinoja, joilla voisi esim. estää nostamasta tai shoppailemasta tiliä tyhjäksi:

- Tee itsellesi kuukausittain budjetti ja laske, miten paljon voit käyttää rahaa vuorokaudessa ja viikossa päivittäisostoksiin.
- Tee ostoslista ja opettele pysymään listassa.
- Älä mene nälkäisenä tai väsyneenä ruokakauppaan.
- Käy ruokakaupassa säännöllisesti, vain 1-2 krt/vko.
- Käytä käteistä, jolloin näet ”tilin tilanteen” aina konkreettisesti ja ajantasaisesti.
- Pysähdy. Mieti ostoksia aina yön yli.
- Jos raha polttee taskussa, lähde vaikka kävelylle, älä kauppaan. Eli keksi jotain muuta tekemistä.
- Pohdi omia valintojasi, mitä oikeasti haluat ja miksi? Pärjäätkö ilman ko. asiaa vai onko se pakollinen hankinta?
- Vältä pikavippejä ja kulutusluottoja. Pyri säästämään rahat isompaan ostokseen etukäteen, jolloin sinun ei tarvitse ottaa lainaa.

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

Kotitehtävä:

Pohdi, mistä ilmaisista tai edullisista asioista ja tekemisistä saat voimia arkeesi, eli mitä tykkäät tehdä? Valitse vähintään kaksi asiaa ja mieti, miten saat lisättyä niitä arkeesi.

Voisiko ne auttaa silloin, kun rahat polttee taskussa? Tykkäätkö esim. käydä kävelyllä kaupungilla tai luonnossa? Kirjastossa? Kaverin luona kylässä?

4. Budjetointi eli taloussuunnitelma:

- Budjetointi on **omien tulojen ja menojen seuranta ja suunnittelua**.
- Se helpottaa arkea ja tuo mielenrauhaa, kun tietää, mihin rahat riittävät.
- Sen avulla tietää, paljonko on rahaa käytettävissä.
- Budjetointi tuo arjen valinnat näkyviksi, eli esim. mitä syö ja miten viettää aikaa.
- Selvitetään aluksi, miten asiakas budjetoi omaa talouttaan. Jos budjetointi ei ole tuttua, opetellaan sitä yhdessä.
- Etsitään asiakkaalle sopiva väline budjetointiin, esim. kynä ja vihko, sovellus puhelimeen, Penno tms.
- Pääasia, että **budjetti kirjataan johonkin ylös**, mistä sen voi helposti tarkistaa ja siihen voi tehdä päivityksiä.
 - o Miten budjetoit omaa talouttasi?
 - o Mikä on sinulle sopivin tapa tehdä budjetti, eli kirjaatko budjetin jatkossa ylös esim. vihkoon, puhelimen muistioon tai etsitäänkö jokin sovellus puhelimeen? Sovelluksia on esim. Digihelppari, Monefy, Wallet, Spendee, Penno. Penno toimii myös verkkoselaimessa. Myös monilla pankeilla on omat sovelluksensa rahan käytön seurantaan.

Laaditaan budjetti:

- Selvitetään kaikki säännölliset/kiinteät tulot ja menot sekä mahdolliset velat ja kirjataan ne ylös valittuun budjetointivälineeseen:
 - Mitä säännöllisiä tuloja sinulla on?
 - Entä mitä säännöllisiä/kiinteitä menoja sinulla on? Jotkin säännölliset menot lasketaan harvemmin, kuin kuukausittain. Lasketaan, kuinka paljon meno tekee kuukautta kohden.
 - Onko sinulla velkaa, mitä ja miten paljon? Miten paljon lyhennät velkaa kuukaudessa?
 - Lopuksi suunnitellaan ja lasketaan yhdessä, kuinka paljon menee rahaa kuukaudessa vaihtuviin menoihin, eli esim. ruokaan ja vapaa-ajan menoihin.
- Budjetoidaan ensin **tärkeimmät menot**:
 - **Asuminen** (vuokra, sähkö, vesi).
 - **Ruoka ja lääkkeet.** (Huom. säännöllisten/kiinteiden menojen jälkeen lasketaan, paljonko jää rahaa käytettäväksi ruokaan kuukaudessa.)
 - Puhelin.
 - Liikkuminen (esim. bussikortti, auton kuukausittaiset kulut + polttoaine).
 - Vakuutukset.
 - Säästäminen (pyri laittamaan kuukausittain rahaa säästöön).
 - Muut kulut/velat.
- Lasketaan ja kirjataan ylös, paljonko asumis- ja muiden pakollisten menojen jälkeen jää rahaa käytettäväksi kuukaudessa ruokaan. Lasketaan ja kirjataan ylös myös päiväkohtainen budjetti.

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

- Selvitetään tarvittaessa luotonantajalta, voiko lainojen takaisin maksuun tehdä muutoksia, esim. pienentää maksuerää eli pidentää takaisinmaksuaikaa.
- Pohditaan tarvittaessa, ovatko asumiskulut kohtuulliset, vai voisiko niille tehdä jotain?
Mitä?
- Rahaa kannattaa laittaa kuukausittain **säästöön**, jotta saa kerrytettyä puskurirahastoa yllättävien tilanteiden varalle. **Huomioi** tilillä olevien varojen vaikutus mahdolliseen toimeentulotukeen.
- Mietitään tarvittaessa sopivin säästötapa, eli esim. säästötili pankkiin, käteinen lompakkoon tai ”säästöpossuun”.

Tehtäviä:

- Arjen pienet menot – Tarkastellaan mitkä ostokset ovat sellaisia, joista kertyykin yllättävän suuria kuluja, esim. energiajuomat, makeiset, tupakka jne. Paljonko niihin kuluu rahaa kuukaudessa? Entä vuodessa? Arjen pienet menot – tehtävän voi tulostaa ja antaa myös **koti-tehtäväksi**. <https://www.takuusaatio.fi/wp-content/uploads/2020/12/arjenpienetmenot.pdf>
- Välttämätön – tarpeellinen vai turha -peli – Mitkä asiat ovat itselle oikeasti välttämättömiä ja mistä voisit luopua? <https://h5p.org/h5p/embed/649225>

5. Yhteenveto ja arviointia (tarvittaessa):

- Millaisia muutoksia tunnistat omassa ajattelussa ja toiminnassa? Mikä on paremmin, kuin aiemmin?
- Mitä on tapahtunut matkan aikana?
- Saavutettiinko tavoite/muutostoive? Jos ei, mitä edistystä näet asiassa? Mihin jatkossa kannattaa keskittyä?
- Mihin vielä tarvitset neuvontaa ja ohjausta?

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue | Mellersta Österbottens välfärdsområde | VN/27154/2022

LÄHTEET:

Berghäll, J., Hiitola, J., Määttä, S., Nederström, H., Packalen, P., Pohjola, P., Railavo, J., Rikama, S., Salminen, M., Varanka, J. & Voipio-Pulkki, L-M. 2022. Covid-19 -kriisin yhteiskunnalliset vaikutukset Suomessa. Keskipitkän aikavälin arvioita. Valtioneuvosto. [COVID-19 -kriisin yhteiskunnalliset vaikutukset Suomessa. Keskipitkän aikavälin arvioita](#)

Eskelinen, N. & Sironen, J. (toim.) 2017. Köyhyys – Syitä ja seurauksia. Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto EAPN-Fin. <https://www.eapn.fi/wp-content/uploads/2013/04/Koyhyys-syita-ja-seurauksia-2017.pdf>

Karjalainen, S., Zechner, M. & Viitasalo, K. (toim.) 2019. Avauksia taloussosiaalityöstä. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/64919/978-951-39-7780-1.pdf>

Raha-asiat puheeksi –verkkokurssi, Takuusäätiö. <https://www.takuusaatio.fi/ammattilaisille/raha-asiat-puheeksi-verkkokurssi/>

<https://www.martat.fi/omat-rahlat/taloudenhallinnan-perustaidot/talouden-suunnittelu/>

https://www.takuusaatio.fi/wp-content/uploads/2022/03/Tyokaluja_yksilotyohon.pdf

<https://www.takuusaatio.fi/julkaisu/taloudellinen-hyvinvointi-on-mielenterveysasia/>

<https://www.takuusaatio.fi/julkaisu/kasitys-tyohyvinvoinnista-on-syyta-paivittaa-2020-luvulle/>

https://www.takuusaatio.fi/wp-content/uploads/2020/11/Rahaasiat_haltuun_opas_final_saavuttava.pdf

https://oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta/fi/index/taloushaltuun_1.html

<https://www.asiakastieto.fi/omatieto/fi/luottotiedot>

<https://www.stat.fi/julkaisu/clbksh4ppy1y20bum4uh8ngbg>

<https://itla.fi/lapsiperhekoyhyys-datana/>