



Taloudellinen toipuminen

**Opas rahapeliongelman tuen
ja hoidon ammattilaisille**

Taloudellinen toipuminen

**Opas rahapeliongelman tuen
ja hoidon ammattilaisille**

Toimittaja Päivi Auma-aho

Kirjoittajaryhmä

Päivi Auma-aho

Maria Heiskanen

Johanna Järvinen-Tassopoulos

Hanna Karmakka-Asare

Kalle Lind

Minna Magnusson

Aura Pylkkänen

Mette Ranta

Teresa Tenkanen

Janette Vesterinen

© Kirjoittajat ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

Valokuvat: Getty Images ja Unsplash

Paino: PunaMusta, 2024

Tuotenumero: MUU2024_041

ISBN (painettu) 978-952-408-304-1

ISBN (verkko) 978-952-408-305-8

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-305-8>



Sisällys

Lukijalle	7
Talousvaikeudet osana rahapeliongelmaa ja taloudellinen toipuminen	11
Talousvaikeuksien vaikutus hyvinvointiin	19
Talous- ja velkaneuvontaa tarjoavat palvelut ja asiakkaan ohjaus	25
Taloudellinen toipuminen osana rahapeliongelman tukea ja hoitoa	41
Ongelmallisen rahapelaamisen taloudellisten seurausten vaikutus läheisiin	57
Keskeiset lähteet	61



Lukijalle

Rahapeliongelma on usein myös taloudellinen ongelma. Ongelmallisen rahapelaamisen aiheuttamista haitoista taloudelliset haitat ovat yleisimpiä. Rahapelejä pelaavien henkilöiden taloudellinen tilanne on merkityksellinen sekä ongelmien muodostumisessa että niistä selviämässä. Rahapeliongelmaan apua hakeneista kolme neljästä on velkaantunut. Ammattilaisten mukaan velkavaikkeudet ovat viime vuosina korostuneet ja syventyneet. Kun pelaamiseen kuluu yhä enemmän rahaa, aiheutuu siitä puutteita muilla elämänalueilla ja taloudelliset haitat vaikuttavat monella tapaa yksilöiden ja heidän läheistensä hyvinvointiin.

Taloudellinen toipuminen on käsitteenä uusi, eikä sille ole vielä vakiintunutta määritelmää. On kuitenkin huomattu, että se käsitteenä auttaa rahapeliongelmiä kokeneita ihmisiä ymmärtämään omaa tilannettaan silloin, kun ongelmia aiheuttanut pelaaminen loppuu, mutta toipumista ja erityisesti taloudellisten haittojen käsittelyä ja ratkaisemista on vielä edessä. Taloudellisella toipumisella tarkoitetaan tässä rahapeliongelmiä kokeneiden ihmisten pelaamisesta aiheutuneiden talousongelmien ratkaisemista ja arjen taloudellisen tasapainon palautumista.

Eri ihmisille taloudellinen toipuminen tarkoittaa erilaisia asioita. Usein siihen liittyy esimerkiksi velkatilanteen ratkaisua tai oman rahasuhteen käsittelyä. Taloudellinen toipuminen täydentää käsitteenä rahapeliongelman hoidon perinnettä, joka etenkin angloamerikkalaisessa kirjallisuudessa on pitkälti perustunut pelitapojen muutokseen, ja taloudelliset seuraukset ovat jääneet vähemmälle huomiolle. Rahapeliongelma- toipuminen vaatii ensisijaisesti pelaamisen saamista hallintaan. Samalla talousongelmia kokevat asiakkaat voivat tarvita tukea taloudellisen tilanteen kohtaamiseen, selvittämiseen ja ratkaisemiseen. Tilanteen ratkaisemiseksi saatetaan tarvita useiden alojen ammattilaisia. Konkreettisten ratkaisujen etsimisen lisäksi asiakkaat tarvitsevat kannustusta ja voimavarojen vahvistamista, koska toipuminen voi, etenkin taloudellisten seurausten osalta, viedä hyvin pitkän aikaa.

Tämä tukiaineisto on tarkoitettu ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään ihmisiä, joille rahapelaaminen on aiheuttanut taloudellisia seurauksia.

Tässä aineistossa on

- tietoa rahapeliongelman vaikutuksista, taloudellisista haitoista ja velasta hyvinvoinnin riskitekijänä,
- tietoa keinoista talousvaikeuksista selviytymiseen,
- tietoa taloudellisesta toipumisesta osana rahapeliongelman hoitoa ja tukea sekä
- tietoa rahapeliongelman aiheuttamien talousvaikeuksien vaikutuksista läheisiin.

”Olo oli ahdistunut ja levoton, kun rahaa ei ollut tilillä.”

Jenna Mäkelä, kokemusasiantuntija

” **Olo oli ahdistunut ja levoton, kun rahaa oli tilillä.** Ahdistus ja levottomuus olivat päivittäistä ja veivät merkittävän osan voimavaroistani, vaikka pelaaminen itsessään oli loppunut. Miten oli mahdollista, ettei pelaamisen lopettaminen tehnytkaan oloani autuaaksi? Miksi jokin niin arkinen asia, kuin raha vaikutti elämääni ja ajatuksiini taukoamatta?

Olen viimeisten vuosien aikana puhunut paljon rahapeliongelmaista ja rahapeliriippuvuudesta. Ensin kokemusasiantuntijan roolissa stigmaa poistaakseni, myöhemmin työntekijän ja asiantuntijan roolissa rahapelaamisen haittoja estääkseni. Näiden vuosien aikana minulta on kysytty satoja kertoja, miten rahapeliriippuvuudesta voi toipua. Olen tätä kautta väistämättä joutunut pohtimaan toipumista ja sen sanoittamista. Olen listannut toimenpiteet, joita tein. Olen etsinyt sanoja, joilla kuvaisin sitä kaiken mullistavaa prosessia, joka on mahdollistanut nykyisen elämäni. Sen, että ylipäänsä olen tässä tänään.


Kun kaikki elämässä muuttuu ja toisaalta mikään näkyvä ei muutu, on hyvin vaikeaa selittää ulkopuoliselle mistä kaikesta on kysymys. Olen puhunut, punninnut ja tarkastellut kaikkea, mitä vuosia sitten tapahtui ja kuullut satojen vertaisteni puheenvuorot. Oman ja vertaisteni kokemusten perusteella minulle on kirkastunut, mikä on kaiken keskiössä. Se on läsnä kaikkien meidän elämässämme ja sen olemassaololta ei voi välttyä. Sitä on pakko käyttää. Raha.

Aivan samalla tavalla kuin diagnoosit, myös käsitteet auttavat usein näkemään, hyväksymään ja ymmärtämään omassa elämässä tapahtuneita asioita. Siksi ”taloudellinen toipuminen” on ollut äärimmäisen tervetullut käsite keskusteluun ilmiössä, joka ainakin julkisessa puheessa näyttäytyy vain valintana pelata tai olla pelaamatta.

Taloudellisen toipumisen myötä olen saanut sanoituksen sille, mitä kaikkea elämässäni tapahtui vuosia sitten. Tämä ei koske vain pelaamisen lopettamisen jälkeistä aikaa, vaan myös pelivuosia ja sitä, mikä kaikki on ollut vinoutunut ajatus- ja toimintamalleissani. Se on auttanut minua ymmärtämään, miten valtavasta muutoksesta ja syvästä ongelmasta oli kyse.

Kun sähkölaskun maksaminen tuntuu pahalta, tai kun verkkopankkiin pitää kirjautua päivän aikana satoja kertoja, on selvää, että elämänhallinta ja oma hyvinvointi kärsii. Kun raha on ollut vuosikausia vain numeroita näytöllä ja vain rahapelivoitot ovat näyttäneet mahdollisuutena saada elämään jotain ”ylimääräistä” rahaa ja iloa, on selvää, ettei pelaamista noin vaan lopeteta. Toipuminen on muutakin. Kun taloudellinen tilanne on äärimmäisen toivoton ja ulosottoon on kertynyt summa, jota ei koskaan ole realistista maksaa, on selvää, että megavoiton haaveilusta luopuminen on vaikeaa. Se merkitsisi niin kokonaisvaltaista tilanteen hyväksymistä, että harva pystyy siihen yksin.

Taloudellisen toipumisen sanoittaminen ja etenemisen kuvaaminen ovat minulle merkittävintä, mitä rahapeliongelman hoidon ja tuen piirissä on tapahtunut. On elintärkeää, että ymmärrämme jokaisen ongelman kehittymiseen ja siitä toipumiseen vaikuttavan tekijän. Tämä opas tarjoaa ammattilaisille tietoa ja työkaluja taloudellisen toipumisen ymmärtämiseen ja edistämiseen. Samalla se mahdollistaa avunhakijoille tilaisuuden työskennellä oman rahasuhteensa kanssa. Työskentelyn kautta on mahdollisuus muutokseen, jonka osana jopa pelaamattomuudesta voi tulla osa loppuelämää. Peliveloista huolimatta, jokainen on vain taloudellisen toipumisen päässä oman elämänsä hallinnasta.”

An underwater photograph showing a person's hand and forearm. The hand is pointing upwards, with the index finger extended. The person is wearing several beaded bracelets on their wrist. The water is clear and blue, with light filtering through from above, creating a shimmering effect on the surface. The overall mood is serene and contemplative.

Toipumisen
alkutaipale
on usein rankka.
Pelaamista
on voitu salata pitkään.

Talousvaikeudet osana rahapeliongelmaa ja taloudellinen toipuminen

Maria Heiskanen & Kalle Lind

Rahapeliongelmaan saattaa liittyä arkeen, asumiseen, sosiaalisiin suhteisiin, talouteen, opiskeluun tai työntekoon liittyviä vaikeuksia. Lievempiä ja vakavia haittoja muodostuu usein siksi, että rahapeleihin hävitään rahaa. Kaikilla rahapeliongelmaa kokevilla ei ole rahapelaamisesta aiheutuvaa velkaa, eivätkä kaikki koe vakavia taloudellisia haittoja tai velkaantumisen seurauksia. Taloudellisten vaikeuksien syvyyteen vaikuttaa myös se, missä vaiheessa ihmiset saavat apua rahapeliongelmaan: usein mitä varhaisemmassa vaiheessa rahapeliongelma tunnistetaan, sitä vähemmän on ehtinyt aiheutua pitkäkestoisia seurauksia. Tosin nykyisin velkaantumista voi tapahtua lyhyessäkin ajassa. Taloudellinen toipuminen rahapeliongelmosta voi jatkua pitkään varsinaisen ongelmaa aiheuttaneen pelaamisen loppumisen jälkeen.

Yli sadallatuhannella suomalaisella on arvioitu olevan rahapeliongelma, ja kun mukaan lasketaan ihmiset, joiden läheisellä on ongelmia rahapelaamisen kanssa, koskettaa rahapeliongelma useampaa kuin joka viidettä suomalaista. Rahapelikulutus on kasautunut, ja suuri osa rahapelikulutuksesta tulee henkilöiltä, jotka pelaavat riskitasolla tai joilla on rahapeliongelma. Väestötasolla alhaisempi koulutus on yhteydessä suurempaan rahapelikulutukseen, kuten myös työkyvyttömyyseläkkeen tai sairauspäivärahan saaminen. Rahapelihaitat ovat yhteydessä sosiaalietuuksien saamiseen, pelaaminen on yleisempää työttömillä kuin työssäkäyvillä, ja esimerkiksi toimeentulotukea saaneista joka neljännellä on rahapeliongelma tai riskitason pelaamista.

Rahapeliongelman vuoksi vuosina 2010–2020 Helsingin ja Vantaan rahapeliongelman avohoitoon sekä Peluurin puhelin- ja verkkoterapiaohjelmaan (Peli poikki)

hakeutuneista asiakkaista noin 80 prosentilla oli rahapelaamisesta aiheutunutta velkaa. Vain 5–10 prosenttia koki taloudellisen tilanteensa olevan hyvä. Asiakkaat olivat erilaisissa työ- ja taloustilanteissa, ja esimerkiksi 50–70 prosenttia asiakkaista oli ansiotyössä. Asiakkaat, joilla ei ollut pelivelkaa tai pelivelat olivat pysyneet suhteellisen matalina, olivat todennäköisesti iältään vanhempia eivätkä olleet työelämässä. Se, että ei pelaa rahapelejä internetissä, lisää todennäköisyyttä velattomuuteen. Suurempituloisilla oli todennäköisemmin suuremmat velat. Miehet ja nuoremmat henkilöt sekä korkeasti koulutetut ja ansiotyössä käyvät olivat ottaneet muita useammin pikavippejä. Suomalaistutkimuksessa on myös löydetty, että puhelin- ja verkkoterapiaan osallistuneilla vakava masennus sekä taloudellisen tilanteen hallitsemattomuus voivat olla esteenä hoidon tuloksellisuudelle.

Rahapeliongelmiä kokeneet ihmiset ovat siis erilaisissa talous-, työllisyys-, perhe- ja asumistilanteissa, mikä vaikuttaa siihen minkälaisia haittoja rahapelaamisesta aiheutuu, minkälaiset edellytykset taloudelliselle toipumiselle on, ja mitä palveluja ihmiset tarvitsevat. Vaikka väestötasolla on löydetty eriarvoisuuden kasaumia liittyen rahapelaamiseen, tavataan palveluissa myös paljon ihmisiä, joilla rahapelaaminen on suurin yksittäinen hyvinvointia heikentävä tekijä.

Kun pelaamiseen kuluu yhä enemmän rahaa, aiheutuu siitä puutteita muilla elämänalueilla, joita saatetaan paikata erilaisilla keinoilla saada lisää rahaa. Pikavippien, kulutusluottojen ja luottokorttien käyttö on yleistä, mutta rahaa saatetaan myös varastaa, kavaltaa tai hankkia petoksilla. Keinot saada lisää rahaa saattavat olla hyvin haavoittavia niin asiakkaalle kuin tämän läheisille. Rahapeliongelmassa pakonomaisuus kohdistuu paitsi itse pelaamiseen myös rahan hankkimiseen. Häviöiden jahtaaminen, eli palaaminen pelaamaan aiempien tappioiden takaisin voittamiseksi, on yksi rahapeliriippuvuuden keskeinen piirre.

Taloudellinen tilanne on merkityksellinen sekä ongelmien muodostumisessa että niistä selviämisessä. Vaikka raha pelin sisällä menettää ulkomaailman arvonsa, ovat häviöt pelissä myös häviöitä arjessa. Mahdolliset keinot saada rahaa ovat sidoksissa työtilanteeseen, toimeentulon tasoon ja omaisuuden määrään: jos henkilöllä on tuloja ja vakuuksia, myös mahdollisuudet saada lainaa ovat suuremmat. Toki tällöin on myös parempi maksukyky velkojen takaisinmaksussa.

Osa rahapelejä pelaavista elää niukkuudessa, ja pelaaminen kurjistaa tilannetta entisestään. Tällöin ongelmana eivät välttämättä ole suuret velat vaan jokapäiväisessä elämässä pärjääminen. Elämäntilanne vaikuttaa myös siihen, millaisia ratkaisuja talousongelmiin on olemassa. Ensisijaista on saada haittoja aiheuttava rahapelaaminen hallintaan: tehtiin millaisia ratkaisuja tahansa talouden järjestelmiseksi, ovat ne usein hyödyttömiä, jos pelaaminen jatkuu.

Rahapeliongelma ja asuminen

Rahapeliongelma voi vaikuttaa monella tapaa asiakkaan ja tämän läheisten asumiseen. Rahapeliongelmia kohdanneet ovat erilaisissa asumistilanteissa, joihin rahapelaaminen ja siitä johtuvat talousvaikeudet voivat vaikuttaa. Omistusasunnon ostaminen tai muutto isompaan asuntoon voi viivästyä, tai rahapelaaminen voi aiheuttaa vuokrien maksamattomuutta ja vuokravelkaa, ja sitä kautta hädän uhkaa tai jopa häätöjä. Asunnottomien tilapäismajoituksissa kohdataan Suomessakin ihmisiä, joiden kodittomuuden taustalla voi yhtenä tekijänä olla rahapeliongelma; usein tällaisiin tilanteisiin liittyy kasautuneita ongelmia, kuten muita päihde- ja mielenterveysongelmia. Kotinsa pelaamisen vuoksi menettäneet voivat joutua muuttamaan takaisin esimerkiksi vanhempiansa luokse. Rahapelaaminen voi johtaa myös perhesuhteiden heikentymiseen tai jopa katkeamiseen, kuten avioeroon. Yleisesti rahapeliongelmallalla on monia vaikutuksia asiakkaiden läheisiin ja heidän välisiin suhteisiinsa.

Rahapelaamisen vuoksi ongelmia kokenut henkilö voi joutua myymään omistusasunnon tai osuutensa siitä rahapelaamisen vuoksi otettujen velkojen maksamiseksi tai perheen asumisen turvaamiseksi. Jos asuntolainan takaajina on perheenjäseniä, kuten omat vanhemmat, voi myös heille aiheutua taloudellisia vaikeuksia. Rahapeliongelman vaikutukset talouteen voivat ulottua laajalle ja koskettaa esimerkiksi puolisoa, alaikäisiä lapsia, aikuisia lapsia, vanhempia, sisarusia, isovanhempia, puolison vanhempia tai muita sukulaisia ja ystäviä.

Rahapeliongelma ja työtilanne

Rahapeliongelma voi vaikuttaa monella tapaa asiakkaan työtilanteeseen. Rahapelaamista voi tapahtua työpaikalla ja työajalla, keskittymiskyky työssä voi kärsiä pelaamisen tai siihen liittyvän jatkuvan stressin vuoksi. Rahapelaamisen vuoksi saatetaan kavaltaa rahaa työpaikalta tai työnantajalta, ja rahapeliongelma voi johtaa työkyvyttömyyteen tai työttömyyteen.

Rahapeliongelmaa voi seurata vuosia kestävä velkojen ulosotto. Palkan ulosmittaaminen ja työtilanne ovat kytköksissä toisiinsa: jos velkaa maksava saa esimerkiksi parempipalkkaisen työpaikan tai työllistyy vakituiseen työpaikkaan, kasvaa ulosmitattava osuus. Ulosotto voi jollekin olla myös henkisenä esteenä työllistymiselle tai vaikuttaa työssä jaksamiseen: jos esimerkiksi kolmasosa palkasta ulosmitataan, sillä voi olla vaikutuksia työmotivaatioon ja jaksamiseen etenkin, kun taloustilanne luultavasti aiheuttaa stressiä. Ulosottoon ja sen alkamiseen liittyy usein häpeän tunteita, eikä työpaikalla välttämättä haluta ulosoton ja sen taustasyiden paljastuvan muille työntekijöille.

On mahdollista, että esimerkiksi rahaa työpaikalta kavaltanut henkilö voi pyrkiä työllistymään jollekin toiselle alalle kuin sellaiselle, jossa käsitellään rahaa. Tällöin esimerkiksi työvoimapalvelujen työntekijät saattavat olla ratkaisevassa asemassa pohtiessaan yhdessä asiakkaan kanssa mahdollisia työllistymisen tai koulutuksen mahdollisuuksia.

Rahapeliongelma ja rikollisuus

Rahapeliongelman aiheuttamat taloudelliset ongelmat voivat kärjistyä omaisuusrikoksiksi. Yleensä rikollisiin toimiin ryhdytään vasta sen jälkeen, kun kaikki lailliset rahan hankintakeinot on käytetty ja esimerkiksi maksuhäiriömerkintä estää uusien lainojen ottamisen omiin nimiin. Tyypillisesti rahaa hankitaan petoksilla (esimerkiksi myymällä olemattomia tavaroita) tai kavalluksilla omasta lähipiiristä. Tällöin saatetaan käyttää esimerkiksi läheisen henkilötietoja ja pankkitunnuksia pikavippien ottamiseen tai sekoitetaan omia ja yrityksen rahoja, jos henkilöllä on siihen omien työtehtävien puitteissa mahdollisuus.

Rahapeliongelmaan liittyvien rikosten tekijät kertovat yleisesti ajatelleensa rikoksensa lainaamisena, joka on ollut tarkoitus maksaa takaisin rahapelaamisen voitoilla. Rahapeliongelmaan liittyvien rikosten peittely, esimerkiksi postin piilottelu läheisiltä kuormittaa henkisesti. Siihen liittyy itsesyytöksiä sekä häpeää. On esitetty, että nimenomaan rahapelaamisesta johtuvien velkojen ja rikollisuuden ilmituloon liittyy erityisen suuri itsemurhariski. Niin rahapeliongelmat kuin rahapeliongelmiin liittyvä rikollisuuskin näyttäisivät olevan hieman yleisempiä jo valmiiksi huonossa sosiaalisessa asemassa olevilla henkilöillä.

Rahapelaamisella voidaan myös pyrkiä rahoittamaan muita riippuvuuksia tai rikoksen aiheuttamia kustannuksia (esim. sakkoja, velkoja, korvauksia). Äärimmillään rahapeliongelma ja siitä johtuvat velat voivat ajaa lainaamaan rahaa rikollista toimintaa harjoittavilta tahoilta. Tällöin vastapalveluksiksi voidaan vaatia osallistumista rikolliseen toimintaan, jolloin myös väkivallan uhka on läsnä.

Rahapeliongelma, rahan hankkiminen, salailu ja muut haitat kuormittavat myös ihmissuhteita ja esimerkiksi parisuhteissa yhdessä sovittuja taloudellisia rajoja. Lähisuhdeväkivallan kokemisen riski nousee rahapeliongelman vuoksi sekä uhrina että tekijänä. Rahapeliongelmaan voi liittyä myös taloudellista väkivaltaa tai taloudellista hyväksikäyttöä eri muodoissa: jos esimerkiksi rahapelaamiseen käytetään yhteisiä varoja tai jätetään yhteisiä kustannuksia maksamatta, on se taloudellisen väkivallan muoto.

Taloudellinen toipuminen ja palvelutarpeet

Taloudellisella toipumisella tarkoitetaan talousongelmien ratkaisemista ja arjen taloudellisen tasapainon palautumista. Rahapeliongelman taloudellisiin seuraamuksiin saattaa kuulua esimerkiksi velkojen määrän selvittäminen, velanmaksun aloittaminen, ulosoton alkaminen tai mahdollinen rikosoikeudellinen prosessi (esimerkiksi varkauksien tai kavallusten vuoksi). Riippuen siitä, millaisia asioita pelaamisen rahoittamiseksi on tehty, pelaamisen jäljet voivat olla pitkät.

Asiakkaan taloudellinen tilanne voi parantua heti kun pelaamiseen ei kulu enää rahaa, etenkin, jos pelivelkaa ei ole muodostunut, ja toisinaan myös, vaikka pelivelkaa olisi. Oli velkaa tai ei, rahapeliongelmia kokeneet ihmiset kuitenkin luultavasti tuntevat syyllisyyttä pelaamiseen käytetyistä rahoista ja siitä, mitä muuta rahoilla olisi voinut tehdä. Pelaamiseen saatetaan käyttää esimerkiksi perintöjä tai asunnon myynnistä saatuja rahoja. Pelaamisen taloudellisten seurauksien hyväksyminen voi viedä aikaa.

Usein asiakas ottaa yhteyttä palveluihin ensimmäistä kertaa juuri talousvaikeuksien ja velkaantumisen vuoksi. Talousongelmat realisoivat tilanteen ja niiden vuoksi siihen lähdetään etsimään muutosta. Osa asiakkaista saattaa tässä kohtaa olla kriisitilanteessa ja toivoa nopeaa ratkaisua talousongelmiin, jotka todennäköisesti heijastuvat syvälle arkeen: asumiseen, työtilanteeseen, toimeentuloon ja ihmissuhteisiin. Toivottomuuden tunne on yleistä.

Asiakkaan taloudellinen tilanne saattaa olla heikoimmillaan juuri pelaamisen lopettamisen jälkeen, etenkin jos pelaaminen on aiheuttanut velkoja. Vanhojen velkojen korkoja ja lyhennyksiä on saatettu maksaa uudella velalla, mutta maksuohjelman tai ulosoton alkaessa käytettävissä olevat tulot voivat vähentyä. Tässä vaiheessa asiakkaat ja heidän perheensä voivat tarvita esimerkiksi yhteiskunnan tarjoamaa taloudellista tukea arjen kuluihin, esimerkiksi perheen asumisen turvaamiseksi.

Taloudellisen toipumisen tueksi voidaan tarvita palvelujärjestelmässä eri alojen ammattilaisia. Asiakkaat voivat itse löytää ammattilaisen tukemana ratkaisuja tilanteeseensa. Hoito- ja tukipalveluissa puhutaan rahasta, keskustellaan asiakkaan tilanteesta ja rohkaistaan selvittämään talous- ja velka-asioita. Pelikäyttäytymisen muutokseen tähtäävän psykososiaalisen hoidon ohella toipumista ja kuntoutumista tukevat esimerkiksi talous- ja velkavaikeuksissa auttavat palvelut ja työllisyyspalvelut.

Kuviossa 1 on kuvattu haastatteluaineistosta¹ rahapeliongelmia kokeneiden henkilöiden tapaamia ammattilaiset toipumisensa aikana. Jokainen rahapelejä pelannut ja niiden vuoksi ongelmia kokenut ei tapaa kaikkia näitä työntekijöitä,

1 Luvussa on käytetty lähteenä haastatteluaineistoa, jossa haastateltiin rahapeliongelmia kokeneita henkilöitä heidän palvelujen käytöstä.



Kuvio 1. Rahapelaamisen aiheuttamia ongelmia kokeneiden henkilöiden kohtaamia ammattilaisia toipumisensa aikana rahapeliongelman tai siitä aiheutuneiden haittojen vuoksi (n=16).

mutta moni tapaa useita. Elämäntilanteet, taloudelliset tilanteet ja toipumisen polut ovat erilaisia, ja siksi myös palvelutarpeet ovat erilaisia eri henkilöillä. Kuvion tarkoituksena on havainnollistaa, että palvelujärjestelmä, joka kohtaa rahapeliongelmaa on laaja ja levittäytyy monelle eri sektorille. Palvelut rahapeliongelmaan eivät typisty rahapeliongelman tukeen ja hoitoon, vaikka ensisijaista toipumiselle onkin pelikäyttäytymisen muutos ja tuki siihen.

Psykososiaalinen hoito ja tuki on tärkeää pelikäyttäytymisen muuttamiseksi, ja asiakkaat ja heidän läheisensä saattavat tarvita tukea myös talousvaikeuksien selvittämisessä. Etenkin vaikeissa tilanteissa, joissa esimerkiksi perheen asuminen on uhattuna, on tärkeää tehdä yhteistyötä yli palvelurajojen. Perheissä saatetaan myös tehdä ratkaisuja rahankäytön vastuun siirtämisestä pois henkilöltä, joka on kokenut rahapeliongelmaa. Näissä tilanteissa ulkopuolinen tuki voi olla tarpeen.

Toipumisen alkutaipale on usein rankka. Pelaamista on voitu salata pitkään. Sekä käytännön asioiden että sosiaalisten suhteiden selvittäminen vaatii aikaa. Toipumiseen voi liittyä suuria elämänmuutoksia kuten ero puolisoista, kodin myyminen, työpaikan menettäminen tai rikostuomio. Elämänmuutoksiin jaylipäänsä pelaamattomuuteen sopeutuminen vie aikaa ja voi aiheuttaa erilaisia tuen tarpeita sekä peliongelmiä kokeneelle että hänen läheisilleen. Rahapeliongelmaa kokeneet ihmiset ovat erilaisissa työ- ja tilanteissa, ja siksi myös tuen ja avun tarpeetkin vaihtelevat. Vakaata työ- ja asumistilanne turvaa rahapeliongelmaasta toipumista. Toisaalta rahapeliongelmaasta voi seurata aiemmin vakaassa talous- ja työtilanteessa oleville esimerkiksi sosiaalihuollon palvelutarpeita.

Kuten useisiin riippuvuusongelmiin, myös rahapeliongelmaasta toipumiseen, voivat kuulua niin sanotut retkahdukset, eli pelaamisen aloittaminen uudelleen lopettamisen jälkeen. On tärkeää varmistaa, että rahapeliongelmaa kokeneet ihmiset saavat tukea mahdollisista taka-askeleista huolimatta.

Pitkäkestoista toipumista

Rahapeliongelmaasta toipuminen erityisesti taloudellisten seurausten osalta voi viedä vuosia, jopa vuosikymmeniä. Erilaista taloudellista toipumista tapahtuu pelaamisen lopettamisesta lähtien, eikä hyvän elämäntilanteen saavuttaminen tarkoita yksin velattomuutta. Toipumiseen liittyy velkatilanteen selvittämistä, rahasuhteen käsittelyä, mahdollisia muutoksia asumisessa tai työssä ja velkojen maksua.

Rahapeliongelmaa kokeneet henkilöt ja heidän läheisensä tarvitsevat toivoa joka kohdassa toipumispolkua. Jokainen kohtaaminen palvelujärjestelmässä voi olla merkityksellinen toivon herättäjänä ja ylläpitäjänä. Tärkeää on tukea asiakkaan ja tämän läheisten omaa toimijuutta tilanteiden ratkaisuisissa, ja välttää syyllisyyden tunteen lisäämistä.

Palvelujärjestelmän eri osien tulee myös toimia yhteen. Erityisen tärkeää on pohtia taloudellisten järjestelyjen ajoitusta: haittoja aiheuttavan rahapelaamisen lopettamisesta on syytä olla tarpeeksi aikaa, ennen kuin esimerkiksi velkajärjestelyä ryhdytään hakemaan.

Kun henkilö on lopettanut rahapelaamisen, hänen mielialansa voi olla toiveikas ja valoisa. Rahaakin voi olla käytössä enemmän, kun sitä ei enää mene pelaamiseen. Vuosien kuluessa ja pelivelkoja ulosoton kautta maksaessa, toiveikkuutta koetellaan niin rahapeliongelmiä itse kokeneilla kuin heidän läheisillään.

Rahapeliongelmaa on tehtävä näkyvämmäksi suomalaisessa yhteiskunnassa ja palvelujärjestelmässä, jotta kaikki apua ja tukea tarvitsevat sitä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa saavat. Palvelujärjestelmässä tulee laajasti lieventää rahapeliongelmaan liittyvää stigmaa, ja lisätä toivoa niissä kodeissa ja perheissä, joissa rahapeliongelma aiheuttaa huolta tai sen jälkiä korjataan vuosienkin jälkeen.



”Koko ajan huoli siitä,
mitä tehdään,
kun ei enää pystytäkään
maksamaan asumista.”

Talousvaikeuksien vaikutus hyvinvointiin

**Mette Ranta, Päivi Auma-aho,
Janette Vesterinen & Minna Magnusson**

Taloudellinen stressi: velka hyvinvoinnin riskitekijänä

Taloudellinen niukkuus ja velkatilanne vaikuttavat monella tapaa yksilöiden ja perheiden hyvinvointiin. Taloudellinen ahdistus tarkoittaa jatkuvaa taloudellista ahdinkoa tai huolta talousasioista. Lisäksi se voi vaikuttaa merkittävästi yksilön kykyyn tehdä taloudellisia päätöksiä ja hyödyntää talousosaamistaan.

Taloudellinen stressi vaikeuttaa taloudellista pärjäämistä monella tapaa. Taloudellinen niukkuus voi pakottaa säästämään pakollisista elämisen kustannuksista, mutta usein myös vapaa-ajan aktiviteeteista. Harrastukset, ruoka ja liikkuminen aiheuttavat erityistä taloudellista rasitetta pienituloisille kotitalouksille.

*”Koko ajan huoli siitä, mitä tehdään,
kun ei enää pystytä maksamaan asumista.”*

Talous- ja maksuvaikeudet lisäävät riskiä sairastua mielenterveyden häiriöihin, kuten ahdistuneisuushäiriöihin ja masennukseen, jotka voivat laukaista myös itsetuhoista ajattelua ja käyttäytymistä. Rahapeliongelmaan liittyvän itsetuhoisuuden ja itsemurhayritysten taustalla on usein talousvaikeuksia. Ylivelkaantumisen aiheuttama stressi on todennäköisin mekanismi, jonka kautta velat johtavat mielenterveyden heikkenemiseen. Stressi, erityisesti pitkittyessään, on nykytiedon valossa keskeinen tekijä eri mielenterveyden häiriöiden puhkeamiseen.

MIELI Suomen Mielenterveys ry:n selvityksen (2023) (n=572) tuloksissa nousi esiin, että ylivelkaantumista tai maksuvaikeuksia kokeneista vanhemmista 91 prosenttia kokee taloushuolien ilmenneen lisääntyneenä stressinä heidän elämässään. Huolet, psyykkiset oireet kuten masennus, unettomuus ja ahdistuneisuus olivat yleisiä kyselyyn vastanneilla lapsiperheiden vanhemmilla.

Toisaalta masennus ja muut mielenterveyden häiriöt voivat vaikuttaa elämänhallinnan voimavaroihin sekä saattavat heikentää talousosaamista ja lisätä näin velkaantumisen riskiä. Masennus ja ahdistus ovat riippuvuuksien riskitekijöitä ja lisäävät myös sitä kautta riskiä talousvaikeuksiin. Talouden selvittäminen vaatii jaksamista ja voimia, jolloin asiakkaan mielenterveyden ja arjen voimavarojen tukeminen aluksi on tärkeä lähtökohta muutokselle.

Yksilölliset mielenterveyden suoja- ja riskitekijät vaikuttavat stressin kokemiseen ja kuormitukseen. Ylivelkaantuminen liittyy myös fyysisiin oireisiin, sairastavuuteen, heikompaan terveyteen ja sosiaalisista suhteista vetäytymiseen. Ongelmien kumuloituminen yhdelle henkilölle voidaan nähdä mielenterveyshäiriöiden lisäksi esimerkiksi asunottomuutena, päihdeongelmina tai työttömyytenä.

”Talousvaikeudet ovat aiheuttaneet puolisolle sekä psyykkisiä että somaattisia oireita. Tunnelma usein kireä kotona ja joudumme jättäytymään usein pois sosiaalisista tilanteista rahapulan vuoksi. Unettomuutta molemmilla paljon, joka vaikuttaa jaksamiseen.”

Velkaantumiseen ja talousvaikeuksiin liittyvät tunteet

Talousvaikeuksiin liittyy ahdistuksen lisäksi usein myös monia muita tunteita kuten häpeää ja huolestuneisuutta. Kuormittavat tunteet ja stressi vaikeuttavat tiedonkäsittelyä ja lisäävät ajatusvirheitä, mikä hankaloittaa talousasioiden hoitamista ja pitkäjänteistä päätöksentekoa. Tämä voi johtaa lyhytnäköisiin valintoihin, kuten pikavippeihin tai rahapelaamiseen.

Häpeä on kipeä tunne ja sen ytimeistä löytyy usein kokemuksia huonommuudesta ja epäonnistumisesta. Häpeä toimii usein yllykkeenä piiloutua tai paeta. Häpeä on itseen liittyvä tunne, joka syntyy vertailusta muihin ihmisiin, tai kun yksilö ei koe tulevaisuutta nähdä sellaisena kuin haluaisi. Häpeää tunteva voi kokea alemmuutta, arvottomuutta, riittämättömyyttä ja ulkopuolisuutta suhteessa muihin. Myös häpeä altistaa mielenterveys- ja riippuvuusongelmille. Rahapeliongelmaan liittyy usein häpeää, mikä toimii esteenä hoitoon hakeutumiselle ja hoitamattomana taas rahapeliongelma pahenee. Myös talousvaikeuksien kohdalla häpeän kokemus on usein vahvasti läsnä. Usein talousongelmiin liittyvä häpeä pahentaa ongelmakerrettä, koska taloudellisia vaikeuksia on perinteisesti pidetty eräänlaisena epäonnistumisen merkinä ja ihmisten yleistä kelpoisuutta on arvioitu esimerkiksi luottokelpoisuuden kautta. Rahapeliongelman lisäksi erilaiset tavat hankkia rahaa pelaamiseen voivat olla pelaajaa ja tämän lähipiiriä haavoittavia ja voimakasta häpeää aiheuttavia.

”Talousvaikeudet ovat aiheuttaneet puolisolle sekä psyykkisiä että somaattisia oireita.”



***”Tunsin häpeää itsestäni ja elämästäni,
kun maksujen jälkeen itkin ja mietin,
millä elämme seuraavan kuukauden.”***

MIELI ry:n (2023) kyselyyn vastanneista ylivelkaantumista kokevista henkilöistä 67 prosenttia kertoi kärsivänsä häpeästä. Taustalla voi olla tunne siitä, ettei täytä rahan suhteen omia, läheisten tai yhteiskunnan odotuksia. Talousvaikeuksiin liittyy leimautumista ja moni ylivelkaantunut on kohdannut palveluissa syyllistämistä.

***”Avun pyytäminen voi kuitenkin tuntua
häpeälliseltä ja siksi usein jää ulkopuolelle
ja väittää pärjäävänsä.”***

Köyhyyden kokemus voi aiheuttaa myös sosiaalista ulkopuolisuuden tunnetta, kun taloustilanne rajaa toiminta- ja osallistumismahdollisuuksia. Perheissä vanhemmat kokevat helposti syyllisyyttä ja huolta siitä, etteivät he tiukassa rahatilanteessa pysty tarjoamaan lapsen toivomia asioita, kuten harrastuksia, varusteita, tietynlaisia vaatteita, lomiamia tai elämyksiä.

Taloudellinen hyvinvointi

Kokonaisvaltaisen taloudellisen hyvinvoinnin määritelmä huomioi kotitalouden käytettävissä olevat tulot, huono-osaisuuden ja koetun taloudellisen kuormituksen. Taloudelliseen hyvinvointiin kuuluu riittävä toimeentulo ja ennen kaikkea subjektiivinen kokemus siitä, että tulee taloudellisesti toimeen ja luottamus siitä, että kykenee hoitamaan omia talousasioitaan, mikä on tärkeä osa yksilön talousosaamista. Taloudelliseen hyvinvointiin sisältyy täten kyky suoriutua nykyisistä ja tulevista taloudellisista menoista, taloudellisen turvallisuuden tunne sekä mahdollisuus tehdä taloudellisia päätöksiä, jotka tukevat yleistä elämäntyytyväisyyttä.

Talousongelmien ylisukupolviset vaikutukset

Perheissä taloudellinen huoli ja stressi kuluttavat vanhempien voimavaroja. Perheen hankala taloustilanne aiheuttaa usein ristiriitoja perheenjäsenten välillä heikentäen perheen ilmapiiriä. Kotitalouden taloudellisella hyvinvoinnilla on merkittävä yhteys lasten mielenterveyteen, fyysiseen terveyteen sekä kognitiiviseen toimintaan. Klassisen perheen taloudellisen stressimallin mukaan talousvaikeudet perheessä voivat luoda taloudellisen paineen tunteen vanhemmille vaikuttaen heidän hyvinvointiinsa, parisuhteeseen ja lopulta vanhemmuuteen sekä lapsen hyvinvointiin.


***”Kaikilla [perheessä] pinna kireenä,
puhumattomuutta, itsemurha-ajatuksia
yhdellä sun toisella. Lisännyt lapsilla
oppimisvaikeutta koulussa, surullisuutta
kun ei pääse mihinkään. Välillä liikaa
alkoholin käyttöä, unettomuutta.”***

Myös MIELI ry:n selvityksessä (2023) nousi esiin taloushaasteiden vaikutukset vanhemmuuden voimavaroihin. 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.

Pelastakaa Lapset ry:n toteuttamassa Lapsen ääni -kyselyssä (2023) jopa 87 prosenttia pienituloisten perheiden lapsista (n=242) oli huolissaan perheensä toimeentulosta. Perheen toimeentulovaikeudet aiheuttivat lapsille huolta, väsymystä ja stressiä sekä eriarvoisuuden tunnetta. Kyselyyn vastanneista pienituloisten perheiden lapsista jopa 64 prosenttia koki mielenterveytensä huonoksi. Eräs vastaaja kuvasi sulkeneensa kaikki raha-asiat pois mielestään, koska ne ahdistivat liikaa. Perheen epävarma taloustilanne heikentää uskoa itseän, omiin kykyihin ja toimintamahdollisuuksiin ja samalla heikentää koko elämään kohdistuvaa luottamusta.

Vanhempien velkaongelmat voivat aiheuttaa pitkäkestoisia vaikutuksia lasten hyvinvointiin. Suomalaisten pitkittäistutkimusten mukaan on riski, että lapsuudessa koettu taloudellinen niukkuus on yhteydessä myöhempään työttömyyteen, mielenterveysongelmiin, heikkoon koulumenestykseen sekä ylivelkaantumiseen. Erityisesti vauvaiässä koettu lapsiperheköyhyys yhdistyy huono-osaisuuteen aikuisuudessa. Varhaislapsuudessa syntyy sosiaalinen ja kognitiivinen perusta tulevaisuuden hyvinvoinnille. Haitallinen stressi perheessä voi vaikuttaa lapsen tunnesäätelyn kehitykseen, millä on merkitystä lapsen myöhemmän stressinhallinnan kanssa.

* Luvussa käytetyt sitaattit on poimittu MIELI ry:n (2023) *Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja vanhemmuuteen* -selvitykseen liittyvästä kyselystä.



”Tunsin häpeää itsestäni ja elämästäni, kun maksujen jälkeen itkin ja mietin, millä elämme seuraavan kuukauden.”

Talous- ja velkaneuvontaa tarjoavat palvelut ja asiakkaan ohjaus

Aura Pylkkänen & Teresa Tenkanen

Taloudellisten haittojen korjaaminen vie aikaa

Velkatilanteen tarkempi tarkastelu tehdään talous- ja velkaneuvontaan erikoistuneissa palveluissa, joten rahapelihaittoja kohtaavan sosiaali- ja terveysalan ammattilaisen ei tarvitse itse olla tämän aihepiirin asiantuntija. Hänen on kuitenkin hyvä tietää perusasiat talous- ja velkaneuvontaa tarjoavista palveluista ja osata ohjata niiden piiriin. Lisäksi on tärkeä huomioida, että rahapelaamisesta johtuvia taloudellisia haittoja kohdanneita henkilöitä voivat olla rahapelejä pelanneiden henkilöiden lisäksi heidän lähellään olevat ihmiset: perheenjäsenet, sukulaiset ja ystävät, myös työkaverit. Myös heillä voi olla tarve talous- ja velkaneuvonnan palveluille.

Ylivelkatilanteisiin ei ole olemassa nopeita ja helppoja ratkaisuja. Tämä aiheuttaa helposti pettymyksen ja turhautumisen tunteita. On kuitenkin tärkeää, että asiakas ymmärtää perustelut ja käsittää, että tilanne voi muuttua ajan kuluessa. Talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijat antavat arvion siitä, milloin järjestelyjen hakeminen voi olla ajankohtaista. Mikäli velkatilanne vaatii velkajärjestelyn hakemista oikeuslaitoksesta, tuntevat talous- ja velkaneuvoajat oikeuskäytänteen.

Asiakasesimerkki talous- ja velka- neuvonnasta

Noin 30-vuotias mies ottaa yhteyttä talous- ja velkaneuvontaan. Hän kertoo, että on lopettanut rahapelaamisen ja pelannut viimeisen kerran toissa päivänä. Asiakas on hätäntynyt, sillä velkoja on lähtenyt käräjäoikeuden käsittelyyn ja ulosotto on alkanut. Asiakas ilmoittaa, että haluaa nopean ratkaisun tilanteeseensa ja velkoihin.

Sovituksessa ajanvarauksessa käydään asiakkaan kanssa tilannetta läpi. Asiakas on aiemmin toimittanut tulo- ja menotilanteensa sekä velkatiedot. Asiakkaalla on säännölliset tulot. Hän on eronnut kaksi vuotta sitten ja hänellä on 12-vuotiaan lapsen yhteishuoltajuus. Tietojen perusteella lasketaan asiakkaan maksukyky sekä käydään läpi velkojen järjestelyn vaihtoehtoja.

Lisäksi asiakkaalle annetaan tietoa perinnästä ja ulosotosta sekä kerrotaan, mitä ne tarkoittavat asiakkaan kohdalla. Käydään läpi, mitä luottotietojen menettäminen tarkoittaa asiakkaalle, vaikka samalla se suojaa lisävelkaantumiselta. Asiakkaalle korostetaan, että ulosoton mittaukset ovat hänen tapauksessaan hyvä asia, koska rahat eivät enää ole riittäneet kaikkien velkojen kuukausieriin. Ulosoton mittaukset ovat keino maksaa omaa velkaa. Ulosotossa maksaminen alentaa kynnystä saada yksityishenkilön velkajärjestely tulevaisuudessa. Käräjäoikeus tekee kokonaisharkinnalla päätöksen asiasta.

Velkajärjestelyn kannalta asiakkaan tilanne on täysin vakiintumaton ja velkaantumisen taustalla oleva syy, rahapelaaminen, ei ole vielä hallinnassa. Asiakkaan tiliniedoista näkyy runsaasti rahapelaamiseen viittaavia merkintöjä. Asiakkaalle kerrotaan, ettei asioiden kanssa kannata kiirehtiä vaan tärkeintä on saada rahapelaaminen ensin hallintaan. Asiakasta on suositeltu hakemaan apua pelaamattomuuden tueksi. Asiakkaan tilanne on saatava vakiintumaan, koska jos liian aikaisin haetaan ratkaisua ja lähdetään hakemaan apua velkaongelmaan, on vaarana, että vanhat tavat palaavat ja velkaantuminen jatkuu.

Asiakas kertoo harkitsevansa tilavampaan asuntoon muuttoa. Hän rohkaistuu ja uskaltaa keskustelun ja laskelmien perusteella hankkia isomman vuokra-asunnon. Näin lapsi saa oman huoneen, asumismukavuus nousee, elämisen laatu kenties paranee. Sovimme, että asiakas palaa myöhemmin uudelleen, kun tilanne on vakiintunut ja pelaamattomuudesta on kulunut selkeästi aikaa ja rahapeliongelma on hallinnassa.

Ennakkoluulot ja sitkeät myytit

Talous- ja velkakysymyksiin liittyy paljon tiedon puutetta, väärää olettamuksia, osatuuksia sekä vanhentunutta tietoa. Erityisesti velkojen vanhentuminen sekä vapaaehtoisen ja oikeudellisen perinnän (ulosoton) prosessit ovat monimutkaisia kokonaisuuksia. Niitä säätelevät useat eri lait. Lakeihin ja käytäntöihin liittyviä uudistuksia tapahtuu myös tiuhaan, joten ajantasaisin tieto löytyy talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijoilta. Maksuhäiriömerkinnät voivat herättää paljon pelkoa. Asiakkaalle on hyvä esimerkiksi kertoa, että maksuhäiriömerkintä ei ole automaattisesti huono asia, vaan se myös suojaaa lisävelkaantumiselta ja katkaisee haitallisen velkakierteen nopeammin. Talousvaikeuksien kanssa on voitu sinnitellä pitkään ja monilla on vahva halu pärjätä itsenäisesti. Asiakasta kannattaa kuitenkin rohkaista avun piiriin, jotta hän ei tekisi talouteensa liittyviä isojakin päätöksiä vaillinaisten tai puutteellisten tietojen perusteella.

Asiakaskohtaamisissa on tärkeää pyrkiä tunnistamaan paitsi asiakkaan, myös omat henkilökohtaiset rahaa koskevat ennako-oletukset. Meillä jokaisella on oma rahasuhte, joka on muodostunut aiempien kokemustemme perusteella. Saatamme helposti olettaa, että kaikilla ihmisillä on samanlaiset talouden hallinnan perustaidot tai ymmärrys taloudellisten valintojen seurauksista. Väärinkäsityksiin voikin päästä parhaiten kiinni tiedustelemalla asiakkaalta, mitä hän itse ajattelee tilanteessaan tapahtuvan.

Rahapelaamiseen liittyvät retkahdukset ovat tilanteita, joissa on hyvä reagoida nopeasti. Nopean puuttumisen avulla voidaan ehkäistä taloudellisten haittojen syvenemistä ja kärjistymistä. Lisäksi on hyvä tarkistaa, onko asiakas jo ehtinyt sopia maksusuunnitelmista tai järjestellä velkojaan. Erilaiset maksusuunnitelmat sekä maksuohjelmien muutokset ja sopeutukset ovat usein mahdollisia, mikäli niitä haetaan heti maksuvaikeuksien ilmaantuessa. Lisävelkaantuminen voi kuitenkin aiheuttaa jo tehtyjen sopimusten raukeamisen ja suunnitelmien siirtymisen. Jos asiakasta huolestuttaa maksu- tai velkajärjestelyistä selviytyminen, on hyvä keskustella tilanteesta talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijan kanssa.

Kyse on aina kokonaisvaltaisesta arvioinnista. Tilanteet ovat yksilöllisiä. Asiakkaalle kerrotaan realistisesti eri vaihtoehdoista ja niiden seurauksista, mutta ei päätetä asioita hänen puolestaan. Jokaisella on viime kädessä päätösvalta omista, omaan elämäänsä ja talouteensa liittyvistä asioista. Tämä tarkoittaa myös virheiden ja ylilyöntien hyväksymistä. Tärkeintä on, että jokaisella on riittävä ja ajantasainen tieto päätöksenteon pohjaksi.

Taloudellinen niukkuus

Ammattilaisen on tärkeää pohtia sitä, millä käsitteillä ja ennen kaikkea mihin sävyyn hän puhuu taloudellisista haitoista asiakkaalle. Keskusteluissa on hyvä käyttää mahdollisimman selkeää kieltä. Niukkuuden korostamisen, voivottelun ja taloudellisen toipumisen haasteellisuudesta puhumisen sijaan voi tukea asiakkaan kykyä ottaa oma

taloutensa hallintaan, vahvistamalla asiakkaan itseluottamusta ja -varmuutta talousasioiden hoitamiseen. Kun ammattilainen ottaa vakavasti asiakkaan huolet ja keskustele avoimesti kannustaen konkreettisten esimerkkien avulla, asiakas rohkaistuu. Pienillä tuloilla pärjäämiseen tai säästämiseen liittyvistä keinoista keskusteltaessa kannattaa muistaa, että hyvää tarkoittava neuvo saatetaan tulkita ylimielisenä tai kuitata se itsestäänselvyytenä. Kulutustottumuksia voikin käsitellä esimerkiksi arvojen tai lisähyötyjen näkökulmasta. Sopimusten tarkastelua tarpeettomien tai päällekkäisten suoratoistopalvelujen osalta voi perustella esimerkiksi palveluhävikin minimoimisella. Arjen valinnoista ruokaostosten suunnittelulla ja ennakoinnilla on mahdollista kerryttää yllättävän paljon säästöä ja vähentää samalla ruokahävikin määrää, josta kiittää niin luonto kuin lompakko. Pienistä onnistumisista kannattaa iloita yhdessä, mutta on hyvä muistuttaa myös armollisuudesta ja myötätunnosta itseään kohtaan.

Taloudellinen niukkuus yhdistetään usein ulosoton toimintaan. Ulosoton alkaessa velkakierre on usein katkennut, ja lainarahalla rahoitettu rahapelaaminen on väistämättä vähentynyt tai loppunut. Kun tulot eivät valu rahapeleihin, käytössä olevan rahan määrä voi olla jopa aiempaa suurempi. Toisille ulosmittauksen käynnistyminen merkitsee pelaamiseen yhdistyneistä taloudellisista unelmista luopumista ja elintason sopeuttamista. Ulosotto voi tuntua kohtuuttomalta ja turhauttavalta erityisesti silloin, jos velkamäärä on kovin suuri eikä pienene ulosmittauksesta huolimatta tai tilanteeseen liittyy pitkäkestoisia rikoksiin liittyviä oikeusprosesseja. Talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijan tarjoama talousneuvonta ja arvio velkajärjestelyjen mahdollisuuksista voivat tukea oman tilanteen hahmottamisessa ja taloudellisen niukkuuden kanssa elämisessä.

Velkojen päätyminen ulosottoon herättää paljon pelkoja. Tilanne voi kuitenkin olla myös huojentava. Velkoja ei tarvitse enää maksaa moneen suuntaan, velkakierre katkeaa ja ulosottovelalliselle jätetään aina suojaisuus toimeentulon turvaamiseksi. Jos tulot ovat pienet, suojaisuudesta ei ole tarkoitus maksella vapaaehtoisesti ulosoton ulkopuolella olevia muita velkoja. Tällöin keskitytään turvaamaan kohtuullinen elintaso päästämällä loputkin velat ulosottoon. Jos tulot ovat suuret, ulosmittauksen ohessa voi tehdä vapaaehtoisia lyhennyksiä muihin velkoihin ja pyrkiä hoitamaan osa veloista ilman oikeudenkäyntikuluja. Ulosotossa olevat velat voi olla mahdollista järjestellä myöhemmin muilla tavoin, joten tilanne voi olla väliaikainen.

Talous- ja velkaneuvonnan oikea-aikaisuus

Aluksi on tärkeää rauhoittaa akuutti, mahdollisesti kriisiytynyt, tilanne asiakkaan kanssa rauhallisesti keskustellen ja kuunnellen. On myös tärkeää huomioida, että monet asiakkaat kokevat rahapelaamisen ja taloushuolien vuoksi häpeää ja syyllisyyttä. Toivon luominen on tärkeää, sillä asiakkaalle tilanne tuntuu usein hyvinkin vaikealta. Realismi on hyvä asia eli ei kannata luvata helppoja, nopeita ja kattavia

ratkaisuja kaikkiin talousongelmiin. On tärkeää korostaa asiakkaalle, että usein asioista kuitenkin selvittää ennemmin tai myöhemmin – joskus se vain vaatii hieman enemmän aikaa. Ammattilaisen on tärkeää tukea asiakkaan omaa toimijuutta: tehdä asiakkaalle näkyväksi, että hän voi itse vaikuttaa tilanteeseensa, eikä kyse ole vain toimenpiteiden kohteena olemisesta.

Talousneuvonnan avulla asiakkaan tilanne usein helpottuu, vaikka varsinaiset ratkaisut, kuten erilaisiin velkajärjestelyihin pääseminen, vievät aikaa. Pienillä toimilla on mahdollista selkiyttää taloudellista tilannetta, esimerkiksi sopimalla realistiset maksusuunnitelmat rästilaskuihin. Hallinnan tunnetta voivat lisätä myös konkreettiset vinkit esimerkiksi maksuhäiriömerkinnän kanssa elämiseksi. Jos asiakkaalla on esimerkiksi tarve uuden asunnon löytämiseen, kannattaa nykyisiltä ja entisiltä vuokranantajilta pyytää suosittelua ja todistusta vuokrien maksamisesta ajallaan.

Rahapelaamisen ei tarvitse olla päättynyt, jotta talous- ja velkaneuvontaa tarjoaviin palveluihin voi ottaa yhteyttä. Vaikka pelaaminen olisi asiakkaan kohdalla edelleen ajankohtaista, palveluissa punnitaan vaihtoehtoja ja tarjotaan faktatietoa.

Asiakkaan motivointi ja asiointiin valmistautuminen

Talous- ja velkaneuvonnan palveluissa asiakkaalle annetaan tietoa erilaisista vaihtoehtoista hänen tilanteeseensa, jonka jälkeen pohditaan yhdessä ratkaisuja. Kullakin asiakkaalla tilanne on yksilöllinen. Ensiarvoisen tärkeää on tunnistaa velkaantumisen taustalta löytyvät juurisyyt ja saada ne hallintaan tai hoitoon. Rahapelaamisesta on voitu hakea ratkaisua velkaongelmaan, joka on syntynyt aiemmin jonkin muun tapahtuman myötä.

On myös tunnistettava, onko asiakkaan elämässä edelleen velkaantumista ylläpitäviä tekijöitä tai toimintatapoja sekä onko rahapelaamisen tilalle tullut muunlaista taloutta rasittavaa toimintaa, kuten ylikulutusta. Asiakasta on hyvä kannustaa pohtimaan velkaantumisen syitä ja sitä, onko niitä yhä omassa elämässä jo ennen ensimmäistä yhteydenottoa talous- ja velkaneuvonnan palveluihin, koska neuvonnassa niistä kysytään ja vastaukset vaikuttavat mahdollisiin ratkaisuvaihtoehtoihin.

Asiakkaalta voi tiedustella velkojen kokonaismäärää ja kannustaa velkaluettelon tekemiseen ja ajantasaisten velkasummien selvittämiseen. Asiakkaan kanssa voi myös keskustella hänen odotuksistaan: millaista apua ja tukea hän itse toivoo ja odottaa saavansa taloustilanteeseensa? Asiakasta voi rohkaista valmistautumaan yhteydenottoon muun muassa keräämällä etukäteen valmiiksi saatavilla olevat tiedot omista tuloista, menoista ja veloista. Asiakkaalle on hyvä antaa konkreettista tukea puoltavien tekijöiden kerryttämisessä, mikäli järjestelyjä haetaan tulevaisuudessa tai asiakas on esimerkiksi takausjonossa haettuun Takuusäätiöltä takausta järjestelylunaan.

Asiakkaan kanssa yhdessä keskustellen voi tarkastella sitä, millaisilla konkreettisilla toimilla ja teoilla asiakas voi itse myötävaikuttaa omaan tilanteeseensa, jotta

velkajärjestelyt mahdollistuvat tulevaisuudessa. Esimerkiksi lisävelkaantumisen pysäyttäminen, velkojen lyhentäminen ulosoton kautta, rästitaskujen hoitaminen, pyrkimys kohentaa taloudellista asemaa tai hoitoon hakeutuminen ja siihen sitoutuminen, voivat olla puoltavia tekijöitä kokonaisuutta tarkasteltaessa.

Mitä talous- ja velkaneuvontaa tarjoavissa palveluissa tapahtuu?

Talous- ja velkaneuvontaa tarjoavissa palveluissa annetaan tietoa muun muassa arjen taloussuunnittelun keinoista, saatavien perinnän etenemisestä, velkojen järjestelymahdollisuuksista sekä muista käytännön asioista. Tiedon lisäksi tarjotaan neuvoja oman taloudellisen tilanteen hahmottamiseen, rahankäytön suunnitteluun sekä erilaisten ratkaisuvaihtoehtojen kartoittamiseen ja punnitsemiseen. Apua voi saada myös velkojen kanssa neuvottelemiseen sekä velkajärjestelyjen hakemiseen.

Valtaosa talous- ja velkaneuvontaa tarjoavien palvelujen asiakkaista on ylivelkatilanteessa. Velkatilanteen kartoituksessa tarkastellaan tällöin muun muassa seuraavia asioita:

- elämäntilannetta ja maksukykyä sekä niihin mahdollisesti tiedossa olevia muutoksia
- kokonaisvelan määrää suhteessa maksukykyyn
- velkojen syntyyn johtaneita syitä ja velkaantumisesta kulunutta aikaa
- velallisen toimia veloista suoriutumiseksi
- millaisista veloista on kyse (yksityis-/julkisoikeudelliset, vakuudelliset/vakuudettomat jne.)
- mahdollisuudet sovintoratkaisuihin

Kun arvioidaan velkajärjestelyjen mahdollisuutta, tulotiedot selvitetään aina velallisen koko perheen osalta. Useimpia velkajärjestelyjä ei ole mahdollista hakea puolison tietämättä. Esimerkiksi Takuusäätiö edellyttää puolison suostumusta tätä koskevien tietojen käsittelyyn. Tilanne voi olla haastava, jos asiakas ei ole käsitellyt tilannetta lähipiirinsä kanssa tai haluaa salailla taloudellisten haittojen mittakaavaa. On hyvä painottaa avoimuutta ja rohkaista perheen kokonaistilanteen selvittämiseen. Myös rahapelaajan läheisillä voi olla tarvetta talous- ja velkaneuvonnalle tai velkajärjestelyille.

On tärkeä muistaa, että erilaiset velkajärjestelyt eroavat toisistaan monilla tavoilla. Eroavuuksia on esimerkiksi maksukykyyn tarkasteluun liittyvissä käytännöissä sekä rikosperusteisiin velkoihin tai järjestelyjen ulkopuolelle jätettäviin velkoihin suhtautumisessa. Täsmällisiä ja yksiselitteisiä kriteerejä on mahdotonta luetella tyhjentävästi. On kuitenkin tärkeä tunnistaa, että asiakkaalla saattaa olla useita mahdollisia polkuja tulojen ja velkojen väliseen tasapainoon, jotka mahdollistuvat eri aikoihin.

Asiakasesimerkki talous- ja velka- neuvonnasta

45-vuotias nainen ottaa yhteyttä talous- ja velkaneuvontaan. Asiakas on vakituisessa työsuhteessa ja elää perheensä kanssa. Puoliso tietää rahapeliongelmaista. Asiakas on yrittänyt ratkaista velkaongelmansa ja maksanut kerralla isommalla lainalla pienempiä velkoja kokonaan pois. Tämä ei kuitenkaan onnistunut, koska asiakkaan velkaantuminen ei ollut vielä päättynyt ja asiakas on ottanut lisää velkaa. Rahapelaamisen asiakas kertoo lopettaneensa vuosi sitten, mutta sen jälkeen on repsahtanut muutamia kertoja pelaamaan. Asiakkaan kanssa yhdessä todettiin, että ensisijaisesti tavoitteena on saada rahapeliongelma hallintaan ja vasta toisella sijalla on talousasiat. Asiakas on jo hakeutunut rahapeliongelman hoidon ja tuen palveluiden piiriin.

Viiden vuoden kuluttua ensimmäisestä yhteydenotosta asiakas ottaa uudelleen yhteyttä talous- ja velkaneuvontaan. Asiakkaan elämäntilanne on pysynyt samana, pitkäaikainen työsuhde jatkuu ja tulot ovat vakiintuneet. Asiakas kertoo peliongelman olevan hallinnassa ja pelanneensa viimeksi rahapelejä viisi vuotta sitten. Pelaamattomuuden tueksi asiakas on käynyt aikaisemmin säännöllisillä hoitotapaamisilla suunnitelman mukaisesti ja nykyään asiakas käy vapaaehtoisessa vertaisryhmässä pelaamattomuuden tueksi.

Asiakkaan elämäntilanne ja olosuhteet ovat siis vakiintuneet. Asiakas on pysäyttänyt velkaantumisen ja velkaantumisesta on kulunut aikaa. Asiakas on ryhdistäytynyt ja kantanut vastuuta tilanteesta. Hän on maksanut velkojaan pois palkkatuloillaan usean vuoden ajan. Lisäksi asiakas on myynyt perinnöksi saamansa omaisuuden, josta saamallaan rahoilla on myös maksanut velkojaan. Asiakkaalle haettiin velkajärjestelyä käräjäoikeudesta.

* Luvussa käytetyt tapausesimerkit kuvaavat asiakasprosesseja talous- ja velkaneuvonnassa. Esimerkit eivät ole yksittäisiä todellisia asiakastapauksia.



Keinot veloista selviytymiseksi

Erilaiset velkajärjestelyt voivat olla tarpeen, jos tulot eivät riitä kattamaan arjen välttämättömiä menoja ja velkojen lyhennyksiä. Velat voidaan järjestellä riippumatta siitä, peritäänkö niitä vapaaehtoisesti vai ulosoton kautta. Osa järjestelyistä on mahdollista toteuttaa itse, osaan hakeudutaan talous- ja velkaneuvonnan palvelujen kautta. Kannattaa kuitenkin keskustella talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijoiden kanssa myös ennen omatoimisten ratkaisujen toteuttamista. Esimerkiksi lainojen yhdistäminen ei välttämättä kannata, jos lainatarjouksen kuukausierä on liian suuri tuloihin nähden tai omaa kulutusta on vaikea hallita.

Tavoite velkajärjestelyissä on aina löytää kokonaisvaltainen ja toteuttamiskelpoinen ratkaisu. Erilaiset osaratkaisut voivat helpottaa tilannetta hetkellisesti, mutta voivat tosiasiallisesti johtavaa velkakierteeseen tai velkakierteen syventymiseen. Sopivan keinon löytymiseen vaikuttavat velallisen kokonaisvelkamäärä, tulotaso ja elämäntilanne. Useista järjestelyistä seuraa maksuhäiriömerkintä, jonka tarkoitus on ehkäistä lisävelkaantumista ja taata järjestelyn onnistuminen.

Velkajärjestelyt edellyttävät velalliselta tiukkaa taloudenpitoa ja riittäviä voimavaroja prosessin läpiviemiseksi. Edellytyksiin on hyvä tutustua etukäteen, vaikka järjestely ei olisi vielä ajankohtainen. Samalla voi kiinnittää huomiota omiin kulutus-tottumuksiin ja toimia aktiivisesti velkajärjestelyjen edellytysten kuntoon saattamiseksi. Seuraavalla sivulla on lueteltu lyhyesti erilaisia keinoja veloista selviytymiseksi.

Omaisuuksien myynti

- Omaisuuksien myynti voi olla helpoin ja järkevin keino velkojen maksamiseen, jos asiakkaalla on sellaista omaisuutta, joka ei kuulu perusturvaan. Tällaista omaisuutta ovat esimerkiksi säästöt, rahasto-osuudet, metsät tai kesämökki.
- Omaisuuksien myynti voi tulla eteen joka tapauksessa. Ulosotolla on oikeus myydä omaisuutta velkojen maksamiseksi ja velkajärjestelyjen edellytyksenä voi olla omaisuuden myyminen. Asunnon, jossa itse asuu, voi joissain tapauksissa säilyttää. Asumiskuluihin voi pyrkiä vaikuttamaan muuttamalla edullisempaan asuntoon, kilpailuttamalla sähkösopimukset ja vakuutukset sekä tarkastelemalla sähkön- ja vedenkulutusta.

Vapaaehtoiset maksusuunnitelmat

- Velkojan kanssa voi yrittää neuvotella uudesta maksusuunnitelmasta, esimerkiksi muuttamalla maksuerää tai sopimalla väliaikaisista lyhennysvapaista (korot tulevat kuitenkin maksettaviksi).
- Velkoja voi myös suostua vapaaehtoisesti akordiin, eli antamaan anteeksi osan velasta. Akordi voi kohdistua esimerkiksi korkoihin ja kuluihin.

- Sopimuksen kustannukset kannattaa selvittää ennen sopimuksen hyväksymistä. Lisäksi kannattaa suostua vain taloudellisesti realistisiin maksusuunnitelmiin eli sovittaa maksusuunnitelman erät todelliseen maksukykyyn.
- Maksusuunnitelmat toteutuvat parhaiten, jos velkojia on vain muutama, ja summat ovat maltillisia asiakkaan maksukykyyn nähden. Akordeista neuvottelua helpottaa, jos velan syntymisestä on jo aikaa, pääoman määrä on pieni suhteessa korkoihin ja kuluihin, ja velka on mahdollista maksaa kertasuorituksena.
- Velkojien kanssa on mahdollista laatia myös niin sanottu vapaaehtoinen velkajärjestely, jos kaikki velkojat suostuvat yhteisesti uuteen takaisinmaksusuunnitelmaan.

Velkojen vyöryttäminen

- Velkojen vyöryttäminen tarkoittaa velkojen maksamista järjestyksessä siten, että velka maksetaan pois yksi kerrallaan joko pienimmästä velasta tai esimerkiksi suurikorkoisimmasta velasta aloittaen. Muille veloille neuvotellaan siksi aikaa mahdollisimman pieni kuukausierä tai maksuvapaa.
- Velkojen maksamista jatketaan, kunnes velat on yksi kerrallaan maksettu pois.
- Velkojen vyöryttäminen soveltuu erityisesti tilanteeseen, jossa asiakkaalla on monta velkaa pienellä kuukausierällä, jolloin velat eivät käytännössä lyhene lainkaan.

Ulosotto

- Velat voivat tulla kokonaan tai osin maksetuksi ulosoton kautta velallisen tuloja ja muuta omaisuutta ulosmittaamalla.
- Velat voivat lyhentyä ulosmittauksesta huolimatta hitaasti esimerkiksi silloin, jos velkaa on kertynyt useille eri velkojille tai velkamäärät ovat huomattavia velallisen maksukykyyn nähden. Lisäksi ulosmittauksen määrä voi jäädä pieneksi tai olemattomaksi, jos velallisella on useita huollettavia tai velallisen tulot koostuvat sosiaalietuuksista. Näissä tilanteissa on hyvä selvittää mahdollisuudet velkojen järjestelyyn.

Järjestelylaina

- Järjestelylaina tarkoittaa kaikkien velkojen yhdistämistä yhdeksi lainaksi. Järjestelylainan ulkopuolelle jätetään kuitenkin sellaiset velat, joissa on vakuutta. Järjestelylaina edellyttää riittävää maksukykyä koko takaisinmaksuajalle.
- Järjestelylainaa voi hakea luottolaitoksista, pankista tai hyvinvointialueelta (sosiaalinen luototus). Takuusäätiöstä voi hakea takausta pankista nostettavalla järjestelylainalle. Takauksen voi saada, vaikka olisi maksuhäiriömerkintä tai velkoja ulosotossa.

- Lainaehtoja kannattaa vertailla. Rahoitusmarkkinoilla on tarjolla erilaisia yhdistelylainoja, joita markkinoidaan pienellä kuukausierällä. Lopputuloksena ovat pitkät laina-ajat ja kalliit kustannukset.

Yksityishenkilön velkajärjestely

- Käräjäoikeudesta haettava yksityishenkilön velkajärjestely on viimesijainen keino järjestellä velat. Järjestely tarkoittaa, että velalliselle myönnetään yleensä 3–5 vuoden maksuohjelma. Velkoja maksetaan yksilöllisen maksuvaran mukaisesti, joka lasketaan tulojen ja menojen perusteella. Kun maksuohjelma on suoritettu onnistuneesti, loppuvelka annetaan anteeksi.
- Yksityishenkilön velkajärjestelyn myöntäminen perustuu kokonais-arviointiin, jonka edellytykset ja esteet perustuvat lakiin. Järjestely voidaan myöntää esteestä huolimatta, jos velallisen tilanteessa on riittävästi järjestelyä puoltavia tekijöitä. Talous- ja velkaneuvojat avustavat järjestelyyn hakeutumisessa.
- Velkajärjestely ei vapauta veloissa olevia takaajia tai yhteisvastuullisia velallisia vastuustaan. Heidän voi kuitenkin olla mahdollista hakea omaa velkajärjestelyä.

Velkojen vanhentuminen

- Kaikki velat vanhentuvat lopullisesti ennemmin tai myöhemmin. Velkojen vanhentuminen on kuitenkin hidaskäyttö tapa selviytyä veloista, sillä tyypillisesti lopulliseen vanhentumiseen menee 15–20 vuotta. Julkisoikeudelliset maksut, kuten verot ja terveyskeskusmaksut vanhentuvat kuitenkin jo viidessä kalenterivuodessa (eräpäivää seuraavan vuoden alusta).
- Rikoksesta johtuvan velan vanhentumisaika on kuitenkin sidoksissa syyte-oikeuteen ja tuomioistuinkäsittelyaikaan. Näiden velkojen vanhentumisaika voi olla huomattavan pitkä.
- Velan vanhentuminen on eri asia kuin maksuhäiriömerkinnän poistuminen.

Talous- ja velkaneuvontaa tarjoavat palvelut ja niihin ohjaaminen

Oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvonta

Oikeusaputoimiston tarjoama maksuton talous- ja velkaneuvontapalvelu on tarkoitettu yksityishenkilöille sekä pienimuotoista yritystoimintaa harjoittaville ammatin- ja elinkeinonharjoittajille.

Talous- ja velkaneuvonnan palvelua saa mistä tahansa valtion oikeusaputoimistosta kotikunnasta riippumatta. Palvelua on mahdollista saada puhelimitse, sähköisesti, tavaten ja myös etäpalveluna videoyhteyden ja chatin välityksellä.

Oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvontaan voi ottaa yhteyttä, vaikka ei olisi velkaa tai sitä on vähän. Talous- ja velkaneuvoja muun muassa auttaa kartoittamaan asiakkaan taloudellisen kokonaistilanteen ja suunnittelemaan taloutta ja rahankäyttöä. Neuvoja auttaa punnitsemaan erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja mahdolliseen velkatilanteeseen ja auttaa laatimaan maksusopimuksia ja neuvottelemaan niistä. Tarvittaessa talous- ja velkaneuvoja voi avustaa järjestelylainan ja velkajärjestelyn hakemisessa sekä myöhemmin velkajärjestelyprosessin eri vaiheissa.

Oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvontaa järjestää valtio. Neuvontaa antavat talous- ja velkaneuvojat sekä heitä avustavat oikeusapusihteerit. Neuvonta on luottamuksellista ja henkilöstöä sitoo vaitiolovelvollisuus. Oikeusaputoimistot kuuluvat valtion oikeusapu- ja edunvalvontapiireihin. Joissain tilanteissa yksittäinen oikeusaputoimisto voi olla esteellinen ottamaan asiakasta vastaan. Syynä voi olla esimerkiksi se, että samassa oikeusaputoimistossa asioi asiakkaan vastapuoli, jolloin asiakaiden edut ovat ristiriidassa keskenään. Tällöin on kuitenkin mahdollista asioida toisessa oikeusaputoimistossa.

Talousneuvolat

Talousneuvoloista saa moniammatillista matalan kynnyksen talousneuvontaa ilman ajanvarausta noin 30 paikkakunnalla ympäri Suomen. Jokaisessa Talousneuvolassa on mukana vähintään Ulosottolaitoksen ja talous- ja velkaneuvonnan edustaja. Monilla paikkakunnilla Talousneuvolassa on tavattavissa myös sosiaalitoimen, seurakunnan tai Kelan edustaja. Talousneuvolassa voi asioida anonyymisti.

Takuusäätiön palvelut

Takuusäätiö on valtakunnallinen sosiaalialan järjestö, joka tarjoaa maksutonta neuvontaa puhelimitse ja chatissa talous- ja velka-asioitaan pohtiville, heidän läheisilleen ja ammattilaisille. Takuusäätiö tarjoaa ja kehittää välineitä raha-asoiden hallintaan sekä järjestää koulutuksia ja tukee ammattilaisia osaamisen kehittämisessä. Takuusäätiöstä voi hakea pienlainaa kodinhankintoihin sekä takausta pankista

nostettavaan järjestelylainsäätelyyn, jolla voi yhdistää kaikki vakuudettomat velat ja rästit yhdeksi uudeksi lainaksi.

Takuusäätiön ylläpitämässä vertaistuellisessa Facebookin Hallitse rahojasi -ryhmässä voi keskustella arjen rahankäytöstä, raha- tai velkahuolista, säästämiskeinoista sekä lukea muiden kokemuksista. Ryhmään voi tehdä julkaisuja myös anonyymisti.

Sosiaalinen luototus

Sosiaalisen luototuksen tarkoituksena on ehkäistä taloudellista syrjäytymistä ja ylivelkaantumista sekä edistää ihmisen itsenäistä taloudellista pärjäämistä.

Hyvinvointialue voi myöntää sosiaalisen luoton henkilölle, jolla ei ole pienituloisuutensa ja vähävaraisuutensa vuoksi mahdollisuutta saada kohtuuehtoista luottoa muulla tavoin, mutta jolla kuitenkin on kyky suoriutua luoton takaisinmaksusta. Jokainen hyvinvointialue voi itse määrittää alueellaan myönnettävän sosiaalisen luototuksen periaatteet ja ehdot.

Sosiaalista luottoa voidaan myöntää perustelluista syistä esimerkiksi velkakierteen katkaisemiseen, työllistymisen tai kuntoutumisen tueksi, asumisen turvaamiseen tai kriisitilanteiden ratkaisemiseksi.

Lisätietoa sosiaalisesta luototuksesta löytyy oman hyvinvointialueen verkkosivuilta.

Sosiaalisen luototuksen, Takuusäätiön sekä talous- ja velkaneuvonnan palveluissa asioitaessa velallinen ei voi itse arvioida maksukykyään, vaan hänelle laaditaan kunkin tahon määrittelemä niin sanottu maksuvaralaskelma. Maksuvara on se summa, joka velallisella on käytettävissä kaikkien velkojen maksamiseen sen jälkeen, kun pakolliset menot (kuten asumismenot, päivähoitomaksut, työmatkakulut) ja välttämättömät elinkustannukset (kuten ravinto-, vaate- ja harrastusmenot) on huomioitu. Välttämättömien elinkustannusten osalta ei tehdä erillistä arviointia, vaan käytetään oikeusministeriön vuosittain vahvistamaa kiinteää summaa. Samaa periaatetta noudattelee esimerkiksi toimeentulotuen perusosa, jolla tuensaaja kattaa jokapäiväisen elämän välttämättömiä menoja. Maksuvaralaskelman tekevät aina talous- ja velkaneuvonnan asiantuntijat. On kuitenkin hyvä ymmärtää logiikka, jolla velkajärjestelymahdollisuuksia arvioidaan.

Yrittäjän talousneuvonta

Yrittäjän talousneuvonnassa annetaan luottamuksellista ja maksutonta tukea ja neuvontaa yrittäjille. Lisäksi oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvonnan verkkosivuilta löytyy tietoa yrittäjän velkajärjestelymahdollisuuksista. Yrittäjien velkajärjestelyä haetaan käräjäoikeudesta talous- ja velkaneuvonnan avulla, yhteistyössä Yrittäjien talousneuvonnan kanssa.

Muita talous-, toimeentulo- ja velkakysymyksissä auttavia tahoja

Muita talous-, toimeentulo- ja velkakysymyksissä auttavia toimijoita ovat muun muassa:

Kela

- Etuudet ja tuet
- Kuntoutus
- Perustoimeentulotuki

Perustoimeentulotuki on viimesijainen taloudellinen tuki. Sitä voi saada henkilö tai perhe, jonka tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin.

Mikäli asiakas saa jotain Kelan etuutta tai tukea, asiakas voi pyytää Kelaa maksamaan laskut suoraan laskuttajalle, kuten vuokranantajalle, sähkö- tai vakuutusyhtiölle.

Hyvinvointialueiden sosiaalipalvelut

Aikuissosiaalityö auttaa etsimään ratkaisuvaihtoehtoja erilaisissa sosiaalisissa ja taloudellisissa ongelmissa, esimerkiksi elämäntilanteiden muutoksissa ja kriiseissä. Aikuissosiaalityöstä saa apua elämänhallintaan ja toimeentulovaikeuksiin, esimerkiksi ohjausta ja neuvontaa sosiaalipalveluiden ja etuuksien hakemiseen.

Täydentävää toimeentulotukea voidaan myöntää menoihin, jotka aiheutuvat asiakkaan tai perheen erityisistä tarpeista tai olosuhteista, jotka katsotaan tarpeelliseksi toimeentulon turvaamiseksi tai itsenäisen suoriutumisen edistämiseksi.

Ehkäisevän toimeentulotuen tarkoitus on edistää asiakkaan tai perheen sosiaalista turvallisuutta ja omatoimista suoriutumista sekä ehkäistä syrjäytymistä ja pitkäaikaista riippuvuutta toimeentulotuesta. Ehkäisevää toimeentulotukea voidaan myöntää muun muassa turvaamaan asumista.

Hyvinvointialueiden sosiaalitoimen palveluihin kuuluu välitystilipalvelu, jonka avulla voidaan auttaa asiakasta, jolla on toistuvia vakavia ongelmia raha-asioiden hoitamisessa. Välitystilin tarkoituksena on turvata asuminen ja toimeentulo sekä ehkäistä lisävelkaantumista. Palvelun on tarkoitus olla väliaikaista. Käytön aloittaminen rahapeliongelman vuoksi ilman muuta asiakkuutta ei ole itsestään selvää, mutta tarvittaessa asiaa kannattaa lähteä selvittämään.

Jos ongelmallinen rahapelaaminen ja siihen liittyvät tekijät heikentävät oleellisesti henkilön kykyä huolehtia omaisuudestaan ja taloudestaan, voi olla tarkoituksenmukaista selvittää miten taloudelliset asiat voitaisiin hoitaa hänen puolestaan. Tapoja voivat olla esimerkiksi luotettavalle taholle annetut valtakirjat tai valtuutukset, tai viimesijaisena keinona edunvalvonta. Tietoa erilaisista vaihtoehdoista löytyy esimerkiksi Digi- ja väestötietoviraston verkkosivuilta.

Lisäksi:

- Asumisneuvonta
- Ohjaamot ja etsivä nuorisotyö
- Pelastusarmeija
- Ruoka-aputoimijat
- Seurakunnat
- Ulosottolaitos

Palvelujen yhteystietoja

Etsivä nuorisotyö: www.intory.fi/etsivanuorisoty

Kela: www.kela.fi

Kilpailu- ja kuluttajavirasto: www.kkv.fi

Ohjaamot: www.ohjaamot.fi

Pelastusarmeija: www.pelastusarmeija.fi

Ruoka-apu: www.ruoka-apu.fi

Suomen evankelis-luterilaisen kirkon diakoniatyö: www.evl.fi

Suomi.fi: www.suomi.fi

Takuusäätiö: www.takuusaatio.fi

Talousneuvolat: www.oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta

Talous- ja velkaneuvonta: www.oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta

Ulosottolaitos: www.ulosottolaitos.fi

Yrittäjien talousneuvonta: www.ely-keskus.fi/web/yrittajan-talousapu



Taloudellinen toipuminen osana rahapeliongelman tukea ja hoitoa

Päivi Auma-aho

Rahapeliongelmaa ei ratkaista rahalla tai yrittämällä laittaa asiakkaan talousasioita kuntoon ennen kuin pelaaminen on hallinnassa ja toipuminen rahapeliongelmosta on edennyt. Tästä huolimatta taloudellinen toipuminen on yksi rahapeliongelmosta toipumisen osa-alueista. Rahapelaamisen aiheuttamat taloudelliset haitat ovat pelaajien kokemista haitoista yleisimpiä. Lisäksi pelaamisen aiheuttamat taloudelliset ongelmat ovat yleisin syy haluta lopettaa pelaaminen ja hakeutua rahapeliongelman tuen ja hoidon piiriin.

Velkaantuneet asiakkaat tarvitsevat keskustelutukea ja motivointia tulevaisuuteen sopeutumiseen, jossa pelivelkojen maksu saattaa olla arkea vuosien tai jopa vuosikymmenten ajan. Pelaamisen lopettamisen jälkeen psyykkisten ja käytännöllisten haasteiden lisäksi kohdattavana ja selvitettävänä voi olla täysin kaaoksessa oleva talous. Edessä ei välttämättä ole vain raha-asioiden kuntoon saattaminen ja velkojen maksaminen, vaan uudenlaiseen arkeen tottuminen. Joskus rahan arvon käsittäminen ja realististen omaan talouteen liittyvien arvioiden tekeminen voi olla pitkään rahapelejä pelanneelle todella haastavaa. Hyvillä taloustaidoilla on nähty olevan yhteyttä suojaavana tekijänä rahapeliongelmalle sekä taloudellisille vaikeuksille.

Raha-asiat saatetaan ohittaa rahapeliongelman hoidossa, vaikka tulisi kiinnittää huomioita asiakkaan taloudelliseen tilanteeseen, mahdolliseen velkaantumiseen sekä ehkäistä talousvaikeuksien syventymistä, jotta asiakkaan oma mahdollista keskittyä kokonaisvaltaiseen toipumiseen.

Tässä luvussa esitellään keskeiset teemat, joita asiakkaan taloudellisen toipumisen tukemiseksi on hyvä käsitellä asiakkaan kanssa hänen yksilöllinen tilanne huomioiden. Luku sisältää myös esimerkkejä työmenetelmistä, joita voi käyttää apuna asiakkaan kanssa työskennellessään myös taloudellisen toipumisen näkökulmasta.

Talousasiat puheeksi osana asiakkaan tilanteen arviointia

Uuden asiakkaan tilannetta arvioitaessa ensimmäisten käyntien aikana on tärkeää ottaa myös raha-asiat puheeksi. Rahapelaamisen aiheuttamien haittojen kartoittamiseen tarkoitettussa Problem Gambling Severity Index (PGSI) -mittarissa on useita kysymyksiä liittyen rahaan. Näiden kysymysten avulla on helppo ottaa puheeksi pelaamisen aiheuttamat taloudelliset haitat. Sekä rahapelaamisen että talousvaikeuksien taustalla on monikerroksisia syitä ja häpeää, minkä vuoksi asiakkaan kohtaaminen kunnioittavasti ja empaattisesti on todella tärkeää. Jos rahasta ja mahdollisesta velkaantumisesta puhuminen tuntuu asiakkaasta vaikealta, tilannetta on hyvä normalisoida esimerkiksi kertomalla, että rahapelaamisesta johtuvat taloudelliset haitat ovat hyvin yleisiä sekä taloudelliset ongelmat ovat rahapelaamisen näkyvimpiä seurauksia.

Vaikka ongelmallisen rahapelaamisen aiheuttama velkaantuminen on hyvin yleistä, kaikille pelaajille ei ole välttämättä kertynyt velkaa tai asiakas voi kokea pelaamisen aiheuttamat taloudelliset haitat itselleen vähäisinä. Jokainen asiakas määrittää tilanteensa ja kokemuksensa itse, jolloin työntekijän on tärkeää osoittaa ymmärrystä asiakkaan yksilölliselle kokemukselle. Joillekin asiakkaille pienikin summa velkaa voi tuntua isolta ja toisaalta asiakkaana voi olla myös henkilöitä, joiden tulot ovat huomattavan suuret ja siten myös velkasummat voivat olla isoja. Toisaalta nämä asiakkaat saattavat selvittää veloistaan muita nopeammin. Työntekijän ei tule ottaa kantaa rahasummiin tai asiakkaan taloudelliseen tilanteeseen vaan olla kiinnostunut siitä, miten asiakas itse kokee tilanteensa.

On tärkeää huomioida asiakkaan voimavarat ja toimintakyky sekä mahdolliset mielenterveyden haasteet ja muu riippuvuuskäyttäytyminen myös talouden näkökulmasta. Talousvaikeudet ovat voineet alkaa jo ennen ongelmallista pelaamista. Joillekin talousvaikeudet voivat olla syy aloittaa rahapelaaminen, jolloin rahapelaamisen on toivottu kuittaavan vanhat velat, mutta pelaaminen onkin syventänyt ongelmaa entisestään. Asiakas ei myöskään välttämättä tiedä miten paljon ja minne hän on velkaantunut. Maksamattomat laskut ja velat voivat tuntua liian suurilta asioilta, niihin tarttuminen on vaikeaa ja talousvaikeuksista puhumista saatetaan vältellä.

Osa asiakkaista saattaa olla hoidon ja tuen piiriin hakeutuessaan kriisi- ja paniikitilanteessa ja toivoa nopeaa ratkaisua talousongelmiinsa. Tilanne vaatii kärsivällisyyttä sekä asiakkaalta että työntekijältä, koska nopeita ratkaisuja ei luultavasti ole tarjolla. Tarvittaessa on hyvä ottaa selvää voisiko asiakas saada apua kriisiytyneeseen

tilanteeseensa esimerkiksi sosiaalityön palveluista. Asiakas saattaa tarvita konkreettisia neuvoja ja ohjeistusta talouteen liittyviin asioihin. Näin tilannetta saadaan rauhoitettua siten, että asiakas voi orientoitua toipumiseen ja luopua ajatuksesta, että rahapelaamisella voisi hankkia rahaa. Asiakastilanteessa on tärkeää luoda rauhaa, antaa aikaa ja vahvistaa asiakkaan uskoa siihen, että vaikeistakin tilanteista on mahdollista selviytyä.

Hoidon tavoitteet

Millaista muutosta asiakas kaipaa tilanteeseensa ja on halukas lähtemään tavoittelemaan? Rahapeliongelman hoidon työskentelyn kohteet ja tavoitteet määritellään yksilöllisesti yhdessä asiakkaan kanssa. Kaikki asiakkaat eivät välttämättä tavoittele pelaamisen lopettamista kokonaan vaan pelaamisen vähentämistä kohti hallittua pelaamista. Asiakkaan asettama tavoite vaikuttaa myös siihen, miten taloudellista toipumista kannattaa käsitellä asiakkaan kanssa osana hoitoa. Jos asiakkaan tavoitteena on pelaamisen lopettaminen, hänen kanssaan on hyvä pohtia, mitä tavoitteen saavuttaminen tarkoittaisi asiakkaalle talouden näkökulmasta ja millaista apua hän mahdollisesti tarvitsisi tavoitteen saavuttamiseksi.

Entä jos tavoitteena on hallittu pelaaminen, mitä se tarkoittaa asiakkaan talouden kannalta ja onko tavoite asiakkaan mielestä realistinen?

Motivointia, toivon herättelyä ja taloudellisten haittojen tarkastelua

Ambivalenssilla tarkoitetaan ristiriitaa, joka voi ilmetä arvojen, toiminnan tai ajatusten välillä. Ristiriita syntyy, kun asiakkaan sen hetkinen elämäntilanne ei vastaa hänen toiveitaan, tavoitteitaan ja arvojaan. Ambivalenssia on tärkeää hyödyntää tietoisesti peliongelman ratkaisussa ja tehdä sitä näkyväksi asiakkaalle. On hyvä kiinnittää huomioita siihen, että talousvaikeudet saattavat olla pelaajalle mahdollinen motivaatiotekijä jatkaa pelaamista ja toisaalta myös vakavin haittoja aiheuttava tekijä.

Hoidon alussa asiakas saattaa olla hyvin motivoitunut pelaamisen lopettamiseen, mutta on tärkeää ymmärtää, että motivaation tila luonnollisesti vaihtelee ajan ja tilanteiden myötä. Myös asiakkaan on hyvä olla tietoinen motivaation vaihtelusta, jolloin hän pystyy paremmin varautumaan tilanteisiin, joissa motivaatio omissa tavoitteissa pysymistä kohtaan saattaa horjua. Asiakkaan motivointi pitkäaikaiseen muutokseen on hyvin tärkeää myös taloudellisen toipumisen näkökulmasta.

Seuraavia harjoituksia käytetään usein riippuvuusongelmien hoidossa. Näiden harjoitusten avulla voidaan tarkastella myös talouteen ja rahapelaamiseen liittyviä tekijöitä, joiden avulla asiakasta voidaan kannustaa ja motivoida kohti asetettuja tavoitteita. Kirjalliseen muotoon tuotetut pohdinnat auttavat usein haittojen näkyväksi tekemisessä ja tarvittavien muutosten tunnistamisessa.

Kolikon toinen puoli (kruuna vai klaava)

Jarkko, kokemusasiantuntija

”**Kolikossa on kaksi puolta.** Kruuna ja klaava. Näiden kahden symbolin avulla selvennän suhtautumistani rahaan peliriippuvaisena ja siitä toipumisessa. Tapoja on monia, mutta näin minä asiasta ajattelen. Suhteestani rahaan, rahan tarkoitukseen sekä rahan käyttöön.

Kruuna mielikuvissani edustaa kaikkea loistoa, mukavia asioita sekä sellaista, mitä piti tavoitella kaikella mahdollisella tavalla. Tällainen symboli peliriippuvaisena oli mitä mainioin tapa saada motivaatiota hankkimaan rahaa nopeasti. Saavuttamaan kruunaa elämääni.

Klaava kolikossa on se puoli, jota peliriippuvaisena en halunnut nähdä. Myöhemmässä vaiheessa en kyennyt enää nähdä sitä puolta kolikosta. Klaavalla olisi pitänyt maksaa laskuja ja rahoittaa elämän perustarpeita omalta osaltani perheessä.

Rahapeliriippuvaisena elämäni oli yhtä kolikonheittoa. Tiedättehän. Kolikkoa heitetään ilmaan useilla eri tavoilla, kun olet päättänyt kumpi on kruuna kumpi klaava. Kruunalla saisi pelata, heittää taloudellista vastuuta muille tai jättää hoitamatta. Klaavalla olisi velvollisuudet hoidettava. Olennaista ja poikkeavaa peliriippuvaisena oli se, että kolikkoa heitettiin monta kertaa. Vain kruuna kelpasi ajatusmaailmassani ja yksi kruuna syrjäytti sata klaavaa.

Taisteluni peliriippuvuutta vastaan on kohdallani elinkautinen. Rahan kohdalla olen käsitellyt kaikki mahdolliset tunteet. Tiedän miltä tuntuu häpeä, viha, sekä halu elää ilman rahaa. Raha oli kuitenkin keskiössä omassa ajatusmaailmassani. Rahan kohdalla olen tajunnut mielestäni erään tärkeän asian.

Palataan takaisin kolikonheittoon. En tarvitse sitä enää. Kolikonheitto perustuu pelkästään sattumanvaraiseen toimintaan. Ymmärsin, että kolikon puolella ei ole mitään merkitystä. Kiinnitin huomioni kolikon sijaan siihen käteen, joka kolikkoa heittää. Sillä on enemmän merkitystä.

Rakennan tulevaisuuttani tiedostaen omat vahvuuteni ja heikkouteni rahan suhteen. Pystyn käsittelemään rahan puutteen. Haluan ymmärtää ja oppia rahan merkityksen yhtenä elämän osana. Nämä saattavat tuntua aika ”kliseeltä”, mutta minun täytyy opetella nämä asiat kuitenkin uudelleen.

”Älä yritä parantaa rahaa, vaan paranna ensin itsesi”. Lause, jonka mainitsen hyvin usein, kun peliriippuvainen kiirehtii ja murehtii omia raha-asioitaan.”

Rahapelipäiväkirja itsehavainnoinnin apuvälineenä

Itsehavainnointi on menetelmä, jossa ihminen tarkkailee ja mittaa jonkin etukäteen määritellyn käyttäytymisen esiintyvyyttä, intensiteettiä ja mahdollista muuttamista eri tilanteissa. Itsehavainnointitehtävien tarkoituksena on oppia tunnistamaan ongelmakäyttäytymistä ja siihen vaikuttavia tekijöitä sekä motivoida asiakasta ongelmakäyttäytymisen muuttamisessa.

Peliongelman aliarvioiminen on yleistä, jolloin päiväkirjan pitäminen auttaa asiakasta tulemaan paremmin tietoiseksi peliongelmaansa, pelihimostaan ja pelaamiseen käyttämänsä rahan määrästä. Päiväkirjan avulla voidaan myös tutkia, mitkä tekijät vaikuttavat pelaamiseen ja miten asiakkaan talous rytmittää pelaamista. Käytävissä oleva raha yleensä jaksottaa pelaamista ajallisesti, ja rahalla kontrolloidaan pelaamista tasapainoteltaessa pelaamisen ja arjen menojen välillä. Asiakkaan kanssa on hyvä keskustella siitä, yrittääkö hän asettaa pelaamiselle taloudellisia rajoja ja pitävätkö rajat. Entä miten pelatut summat suhteutuvat asiakkaan tuloihin ja välttämättömiin menoihin? Omiin tuloihin nähden merkittävä rahapelaaminen on erityisen riskialtista sellaiselle henkilölle, jolla on taloudellisia vaikeuksia jo ennestään.

Ongelmallinen rahapelaaminen saattaa johtaa myös epäsuoraan velkaantumiseen, jos asiakas rahoittaa pelaamistaan palkalla tai muilla tuloilla ja arkeaan joko pankkiluotoilla, pikalainoilla tai yksityisillä veloilla. Pelipäiväkirjaa tarkasteltaessa on hyvä ottaa huomioon myös se, onko asiakas ottanut tarkastelujaksolla velkaa tai pyytänyt rahaa esimerkiksi läheisiltä, joko pelaamiseen tai arjen kulujen kattamiseen.

Onko asiakas tietoinen pelaamansa rahan määrästä tappioina ja voittoina? Pelaamisesta johtuvan velkaantumisen ja pelaamiseen käytettyjen tai pelatessa hävittyjen rahamäärin arvioiminen on haastavaa, sillä usein voitot muistetaan isompina ja häviöt pienempinä kuin ne todellisuudessa ovat. Myös rahapeleissä usein pyritään hämärtämään käsitystä pelatun rahan määrästä ja korostetaan voittoja.

Mikäli asiakas on pystynyt olemaan pelaamatta, hänen kanssaan voi puhua samoista teemoista muistelemalla aikaa ennen pelaamisen lopettamista. Miltä pelipäiväkirja olisi mahdollisesti silloin näyttänyt? Entä asiakkaan talous silloin ja nyt, kun rahat eivät enää menekään pelaamiseen?

Rahapelaamisen hyötyjen ja haittojen tarkastelu

Rahapelaamisen hyötyjen ja haittojen tarkastelu auttaa asiakasta tunnistamaan rahapelaamisen seurauksia ja lopettamisesta koituvia hyötyjä sekä tukee muutosmotivaatiota ja tuo esiin mahdollisia ristiriitoja. Ristiriitaa kuvastaa kahtaalle jakautunut asennoituminen muutokseen. Toisaalta muutos on toivottua ja positiivista, mutta samanaikaisesti se voi olla myös epämieluisaa ja negatiivista. Rahapelaamiseen liittyy usein ristiriitaisia tunteita pelaamisesta, mikä samaan aikaan sekä houkuttaa että ahdistaa.

Rahapelaamisen hyötyjä ja haittoja on hyvä tarkastella myös talouden näkökulmasta. Usko voittamiseen voi olla luja, ja peleissä voi pitää kiinni toive isosta voitosta, joka lopulta ratkaisisi talousongelmat ja mahdollisesti muutkin haasteet asiakkaan elämässä. Rahapeliongelmaasta toipuminen vaatii myös tästä haaveesta luopumista ja todellisuuden hyväksymistä, mikä usein vie aikaa ja saattaa olla vaikeaa.

Pelaamisen haittoja tarkasteltaessa asiakas joutuu kohtaamaan pelaamisen negatiivisia seurauksia. Hänen pitää hyväksyä peleihin jo hävityt rahat, jotka ovat vaikuttaneet asiakkaan mahdollisuuteen käyttää rahaa muihin arjen merkityksellisiin asioihin, kuten laskujen maksuun tai vaikka lapsen harrastuksiin ja hyvinvointiin. Myös pelamattomuuden hyötyjä on hyvä pyrkiä tarkastelemaan talouden näkökulmasta. Mikä voisi muuttua, jos rahaa ei menisikään pelaamiseen? Miltä tuntuisi, jos saisi omaa talouttaan paremmin haltuun mahdollisesta velkojen maksusta huolimatta?

Hyötyjä ja haittoja on hyvä tarkastella lyhyellä ja pitkällä aikavälillä. Pelaaminen tarjoaa nopean mielihyvän ja talousratkaisuja rahapelaamisesta etsineiden asiakkaiden voi olla vaikea hahmottaa pitkälle tulevaisuuteen vaikuttavia seurauksia. Tämän vuoksi pidempiaikaisten hyötyjen tunnistaminen ja niiden eteen työskentelyyn motivoituminen voi olla haastavaa. Asiakkaalle voi kertoa, että pelaamisen lopettaminen saattaa kasvattaa käytössä olevan rahan määrää ja arki voi olla talouden kannalta tasaisempaa, kun rahaa ei menekään enää pelaamiseen ja rahan käyttöä voi paremmin suunnitella sekä ennakoida. Lisäksi asiakas voi kokea tyytyväisyyttä itseensä, koska on oppinut uusia tapoja käsitellä rahaa. Myös se, ettei raha-asioita tarvitse enää piilotella ja selitellä läheisille, helpottaa ja usein parantaa ihmissuhteita. Ennen kaikkea on tärkeä selvittää, mitkä tekijät ovat tärkeitä asiakkaalle ja voisivat motivoida häntä muutokseen.

Uskomusten tarkastelu

Rahapelaamiseen liittyvät virheelliset uskomukset ja ajatukset ovat merkittävässä osassa rahapeliongelman kehittymisessä, ja ne myös ylläpitävät ongelmaa. Haasteena on, että nämä ajatukset tuntuvat järkeviltä hetkissä, joissa tekee mieli pelata. Rahapelaamiseen liittyvät virheelliset ajatukset ja uskomukset voivat liittyä myös rahaan. Asiakkaan ja työntekijän on tärkeää tarkastella mahdollisia pelitilanteessa viriäviä virheellisiä ajatuksia ja uskomuksia. Virheellisten ajatusten ja uskomusten tunnistamisen jälkeen asiakkaalla on mahdollisuus alkaa kyseenalaistamaan ajatuksiaan ja vastustamaan toimimista ajatusten mukaisesti luoden niiden rinnalle vaihtoehtoisia ja realistisempia ajatuksia.

Asiakkaan valmius uskomusten ja virheellisten ajatusten tunnistamiseen ja kohtaamiseen voi vaatia aikaa. Ajatukset voivat tuntua toisessa hetkessä järjettömiltä, ja ne voivat nostaa pintaan myös häpeää ja vastarintaa.

Rahaan liittyviä virheellisiä ajatuksia ja uskomuksia voivat olla esimerkiksi:

- Pelaaminen on helppo tapa hankkia rahaa
- Pystyn voittamaan häviämäni rahat takaisin
- Pystyn kontrolloimaan pelaamiseen käyttämäni rahan määrää
- Pelivoitolla hoidan velkani
- Pelaaminen suuremmilla summilla kasvattaa voitonmahdollisuuksia
- Jos häviän rahani, löydän aina jonkun, joka lainaa minulle



Pelaamattomuuden hyödyt

- Ajan myötä on enemmän rahaa tehdä asioita, joita todella haluaa.
- Ei enää stressiä siitä, että olen hävinnyt rahani peleihin.
- Voin saada talouteni haltuun ja maksaa laskuja ajallaan.
- Minun ei tarvitse enää valehdella raha-asioista.
- Minun ei tarvitse pyytää enää rahaa läheisiltä rahoittaakseni pelaamista.



Pelaamisen hyödyt

- Mahdollisuus voittaa rahaa.



Pelaamattomuuden haitat

- Minun täytyy hyväksyä se, että en koskaan saa takaisin pelaamalla menettämiäni rahoja.
- Minun on otettava vastuu taloudellisesta tilanteestani.
- Menetän toivon rahatilanteen nopeasta kohentumisesta.



Pelaamisen haitat

- Jatkuvat taloudelliset ongelmat ja maksamattomat laskut.
- Riidat parisuhteessa, jotka johtuvat rahasta ja valehtelustani.
- Ei ole rahaa tehdä asioita ystävien ja läheisten kanssa.
- Kodin ja muiden tärkeiden asioiden laiminlyönti taloudellisista syistä.
- Velkaantuminen.
- Joudun pyytämään rahaa läheisiltä ja kavereilta.

Kuvio 2. Esimerkki rahapelaamisen ja pelaamattomuuden hyödyistä ja haitoista talouden näkökulmasta.



Elämänjana, pelihistoria ja talous

Asiakkaan kanssa on hyödyllistä tarkastella elämäntapahtumien ja pelihistorian yhteyttä sekä pelaamisen roolia talousvaikeuksien syntymisessä. Asiakkaan kanssa voi tarkastella, mitkä tekijät ovat mahdollisesti vaikuttaneet pelaamisen aloittamiseen, milloin pelaamista on alkanut olla useammin ja missä vaiheessa asiakas kokee sen muuttuneen ongelmalliseksi. Miltä nämä tekijät näyttävät asiakkaan talouden ja rahankäytön näkökulmasta? Millainen asiakkaan taloudellinen tilanne oli ennen ongelmallista pelaamista? Mitkä muut tekijät ovat vaikuttaneet taloudelliseen tilanteeseen?

Aikajanojen tarkastelu voi auttaa asiakasta ymmärtämään paremmin tilannettaan ja oppimishistoriaansa ongelman syntymisen taustalla, mutta tästä tehtävästä voi olla asiakkaalle hyötyä myös velkajärjestelyä varten kirjoitettavan kirjeen kirjoittamisessa. Velkajärjestelyyn hakeutuessa asiakkaan tulee kirjoittaa kirjeenä selvitys velkaantumisestaan, jossa kannattaa kertoa, miksi velat ovat syntyneet ja miksi niitä ei ole pystynyt maksamaan.

Rahan käytön rajoittaminen

Pelaamisen jatkumiseen vaikuttaa luonnollisesti siihen käytettävissä oleva raha. Osa rahapelaamisen lopettaneista on sitä mieltä, että rahan saatavuuden rajoittaminen on ollut ensisijaisen tärkeää rahapelaamisen saamisessa hallintaan tai sen lopettamisessa. Käytössä olevan rahan määrän tai rahan muodon rajoittaminen saattaa edistää ongelmallisesti pelaavan toipumista. Se ei kuitenkaan yksin ole ratkaisu peliongelmaan, vaan toimii mahdollisena tukena päätökselle lopettaa pelaaminen tai vähentää sitä.

Rahan käyttöä voidaan rajoittaa esimerkiksi seuraavilla tavoilla:

- Pitämällä kirjaa tuloista ja menoista (talouden suunnittelu)
- Käyttämällä verkkopankkia vain luotettavan henkilön läsnä ollessa (esim. laskujen maksaminen)
- Käyttämällä käteistä maksukorttien sijaan
- Nostamalla tililtä kerralla rahaa vain yhden päivän tarpeisiin
- Asettamalla tilille nosto- ja käyttörajoituksia (esimerkiksi enimmäismäärä, jonka voi nostaa/käyttää päivässä tai viikossa)
- Perumalla tai sulkemalla luottokortit tai antamalla ne säilytettäväksi jollekin perheenjäsenelle tai muulle luotettavalle henkilölle
- Kertomalla perheenjäsenille ja ystäville, että he eivät saa lainata tai antaa rahaa
- Välttämällä työpaikkoja ja -tehtäviä, joissa joutuu käsittelemään rahaa
- Poistamalla mobiilipankin sovelluksen puhelimesta
- Perumalla pankkikortit
- Ostamalla lahjakortteja ruokakauppaan
- Hankkimalla vapaaehtoinen luottokielto lisävelkaantumisen ehkäisemiseksi

Asiakkaan kanssa on hyödyllistä tehdä suunnitelmaa päiville, jolloin hän saa tuloja ja mahdollisia isompia summia kerralla liittyen esimerkiksi veronpalautuksiin ja lomarahoihin. Rahan käytön rajoittamisen lisäksi on tärkeää huolehtia myös siitä, ettei asiakas velkaantuisi lisää.

Asiakkaan läheiset saattavat olla mukana talousasioiden hoidossa esimerkiksi siten, että läheisille luovutetaan asiakkaan talousasioiden hoito kokonaan. Mikäli näin toimitaan, henkilöiden tulee sopia asioista selkeillä ja tiukoilla säännöillä kirjallisesti mahdollisten erimielisyyksien ja ihmissuhteisiin liittyvien haasteiden välttämiseksi. Tällaiset järjestelyt saattavat rahapelaamisen rajoittamisen lisäksi auttaa tilannetta siten, että ne tukevat luottamusta puolisoiden välillä ja varmistavat, että tärkeät maksut tulevat maksetuksi. Asiakkaasta voi myös tuntua nöyryyttävältä luovuttaa kontrolli rahoistaan jollekin toiselle. Näiden järjestelyiden myötä esimerkiksi parisuhteen roolit todennäköisesti muuttuvat, ja kontrollin mukaan tulo saattaa häiritä suhdetta merkittävästi. Toiset asiakkaat voivat kokea asian helpottavana ja peliongelman olevan näin valheellisesti jo hallinnassa. Sekä asiakkaita että läheisiä on hyvä muistuttaa, että tällaiset taloudelliset ratkaisut voivat olla vain väliaikaisia. Niiden kestosta ja päättymisestä sovitaan järjestelyn alkaessa ja asiakas ottaa taloutensa haltuun vähitellen sitten, kun ongelmallinen pelaaminen on saatu hallintaan.

Lipsahdukset ja retkahdukset

Toipumisen prosessi ei ole suoraviivainen, vaan siinä tapahtuu sekä taantumista että eteenpäin menoa. Muutoksia voi tapahtua harppauksin tai vähitellen. Retkahduksella tarkoitetaan paluuta ei-toivottuun käyttäytymiseen, josta on oltu erossa jonkin aikaa. Riski aloittaa pelaaminen uudelleen kasvaa, jos niukka taloudellinen tilanne aiheuttaa stressiä tai jos henkilö pyrkii hakemaan taloudellista helpotusta pelaamalla. Rahavaikeuksissa oleva asiakas saattaa miettiä jatkuvasti maksamattomia laskuja, lainoja ja ulosottoja, jolloin on vaarana päätyä ajatukseen, että pelaaminen on sittenkin nopein tapa hankkia rahaa laskujen maksuun. Asiakkaan on hyvä ymmärtää, että talouteen liittyvät tekijät voivat laukaista pelaamiseen, minkä vuoksi taloudellisten asioiden käsittely on hyödyllisempää kuin niiden välttely. Rahan puute voi olla yhtä suuri riski pelaamiselle kuin sen saatavuus. Tämän vuoksi voi olla hyvä huomioida myös tilanteet, jolloin asiakas voi saada normaalia isompia summia tililleen esimerkiksi lomarahoina, tai kun tilille voi alkaa kerääntymään muutenkin enemmän rahaa pelaamisen lopettamisen jälkeen.

Suhde rahaan

Suhde rahaan muodostuu varhain. Lapsuuden ja nuoruuden kokemukset vaikuttavat asenteisiimme ja käyttäytymiseemme raha-asioissa. Ongelmallinen rahapelaaminen

vaikuttaa rahasuhteeseen ja muuttaa rahan merkitystä arjessa. Se sekoittaa ymmärrystä siitä, mikä on paljon ja mikä vähän rahaa sekä sitä, miten rahankäytön tasapaino käsitetään. Esimerkiksi arkipäivät menot voidaan kokea suurena, mutta samaan aikaan pelaamiseen kulunutta rahaa ei lasketa lainkaan menoksi.

Rahapeleissä on tekijöitä, joilla pyritään sekoittamaan pelaajan käsitystä pelatun rahan määrästä. Rahapeleissä raha vaihtuu usein rahan sijaan pelimerkeiksi, mikä hämärtää peliin käytetyn rahan määrää. Etenkin nopearytmisiä pelejä, kuten netin kasino- ja raha-automaattipelejä pelatessa, käsitys rahan reaaliarvosta katoaa helposti. Myös erilaiset virtuaalivaluutat eli kryptovaluutat ja pelien sisäiset valuutat muuttavat käsitystä rahan arvosta. Pelkinä numeroina tai pelimerkkeinä näkyvä raha ei tunnu oikealta. Lisäksi pelatessa saattaa olla vaikea arvioida todellisen kulutetun rahan määrää, koska peliin voi kuulua sekä voittoja että tappioita.

Kryptotreidaamisella on paljon yhteistä verkossa tapahtuvan rahapelaamisen kanssa ja se on kasvava ilmiö globaalisti. Kryptotreidaaminen on erilaisten kryptovaluuttojen (esimerkiksi Bitcoin, Ripple, Litecoin) ostamista ja vaihtamista sekä niiden avulla toteutettavaa kaupankäyntiä verkossa sijaitsevilla kryptopörssissä. Kryptovaluutoille on tyypillistä, että valuuttojen arvo voi vaihdella nopeasti ja dramaattisesti.

Yksi nettipelien taloudellisia haittoja selittävä tekijä on luottokorttien käyttö maksuvälineenä, sillä "muovirahan" on todettu voivan lisätä pelatun rahan määrää. Tutkimuksissa on myös havaittu, että velaksi rahapelejä pelanneet voivat nähdä luotolla pelaamisen normaalina, pelaamisen syklisyyteen eli voittojen ja häviöiden vuorotteluun liittyvänä toimintana.

Toipumisen kannalta olisi hyvä pyrkiä ymmärtämään, miten rahapelaaminen on voinut vaikuttaa asiakkaan rahan käyttöön arjessa ja mahdollisesti vääristänyt rahaan liittyviä ajatusmalleja ja tunteita. Tämä voi viedä aikaa ja hahmottua vasta pelaamisen lopettamisen jälkeen. Näiden asioiden tarkastelu voi nostaa pintaan pettymystä omasta toiminnasta. Rahapelaamisen vaikutusta rahasuhteeseen ja rahan käyttöön tulee tarkastella empaattisesti asiakasta syylistämättä. Tilannetta voi myös normalisoida kertomalla asiakkaalle, miten rahapelaaminen voi vaikuttaa rahasuhteeseen ja sen olevan tutkimusten mukaan yleistä.

Jotta asiakas voisi saada taloutensa parempaan kuntoon, on suhdetta rahaan pyrittävä korjaamaan esimerkiksi keskittymällä siihen, millainen rahan käyttö voisi olla asiakkaan kohdalla järkevää. On myös tärkeää muistaa, että rahasuhteen muuttaminen vie aikaa, etenkin jos asiakas kokee, ettei ole koskaan osannut käsitellä rahaa suunnitelmallisesti. Työntekijän on hyvä ymmärtää, että henkilöllä ei välttämättä ole minkäänlaista perustietoa rahan hallinnasta, minkä vuoksi palaaminen "normaaliin" rahanhallintaan saattaa olla mahdottomuus. Toisaalta osalla peliongelmaista toipuneilla saattaa olla henkilökohtaisen taloutensa suhteen hyvinkin selkeä käsitys rahan hallinnasta ja sen palauttamisesta. Siksi on tärkeää kartoittaa, miten henkilö ylipäänsä käsittää rahan ja sen hallinnan, mitä raha henkilölle edustaa ja millainen

motivaatio asiakkaalla on muuttaa omaa rahankäyttöä. Pelaamisen lopettamisen jälkeen toisenlaisen rahankäytön opettelu palauttaa tunteen oman talouden hallinnasta ja tukee asiakkaan minäpystyvyyden kokemusta.

Merkityksellinen ja hyvä arki taloudellisista haitoista huolimatta

Rahapeliongelman tuen ja hoidon palveluissa tulee tukea asiakasta saavuttamaan merkityksellinen ja hyvä arki pelaamisen aiheuttamista talous- ja velkavaikeuksista huolimatta. Asiakkaan talouteen liittyvät prosessit saattavat olla pitkiä, jolloin on hyvä pohtia nykyhetkeä ja arjessa pärjäämistä sekä sitä, miten rakentaa merkityksellistä arkea. Toiveikkuuden kasvattaminen ja pelaamisen lopettamisen tuomien positiivisten muutosten huomaaminen arjessa ovat asioita, joissa ammattilainen voi asiakasta auttaa. Asiakkaan kanssa on hyvä huomioida pelaamattomuuden tuomia positiivisia asioita muiden tekijöiden lisäksi myös talouden näkökulmasta. Pelaamisen loputtua rahaa voi jäädä enemmän käteen ja asiakas voi kokea hallitsevansa talouttaan jokapäiväisen selviytymisen ja kaaoksen sijaan, mikä vahvistaa asiakkaan kokemusta minäpystyvyydestä.

On hyvä muistaa, että pitkäaikaisen muutoksen tekeminen on kaikkea muuta kuin helppoa. Tukena muutoksessa voi hyödyntää asiakkaan arvojen tarkastelua ja auttaa asiakasta hahmottamaan mikä ja kuka hänelle on tärkeää ja mitä tekoja voi toteuttaa liikkueessa kohti itselle merkityksellisiä asioita. Arvot voivat motivoida juuri silloin, kun tavoitteita kohti liikkuminen on vaivalloista ja kohdattavana on epämiellyttäviä ajatuksia ja tunteita.

Asiakkaan rahapelaamiseen on voinut liittyä tarvetta paeta epämiellyttäviä tunteita peleihin. Pelaamisen lopettaminen ja rahapeliongelma toipuminen voivat vaatia tunnesäätelytaitojen harjoittelemista. Myös sekaisin oleva talous ja pettymys omaan toimintaan voivat nostaa pintaan tunteita, joita on vaikea kohdata. Tunnetaitojen ja stressinhallinnan keinot tukevat sekä peliongelma toipumista että taloudenhallintaa. Asiakkaan kanssa olisi hyvä pohtia, miten tunteet vaikuttavat ylläkkeisiin pelata, ja miten ne vaikuttavat rahan käyttöön, sekä sitä, olisiko asiakkaan mahdollista löytää oman hyvinvoinnin kannalta toimivampia tapoja hallita ja kanavoida tunteita ja stressiä. On hyvä tietää, että terapeutin työskentely saattaa myös lisätä asiakkaan kokemaa häpeää, jos asiakas tulee kohdelluksi ongelmana tai diagnoosina, eikä ainutlaatuisena ja yksilöllisenä ihmisenä.

Työntekijän on tärkeää vahvistaa asiakkaan pystyvyyden tunnetta ja tunnistaa asiakkaan voimavaroja. Erityisesti työntekijän hyväksynnällä, läsnäololla ja ymmärryksellä sekä rohkaisulla voi olla iso merkitys asiakkaan hyvinvointiin kuormittavassa tilanteessa. Työntekijän on hyvä tarjota asiakkaalle vahvistusta ja tukea siten, että asiakas kokee tekevänsä parhaansa vallitsevissa olosuhteissa.



Tunnetaitojen ja stressin-
hallinnan keinot tukevat sekä
peliongelma-asta toipumista
että taloudenhallintaa.

”En tiennyt, mitkä laskut olisi ensin maksettava tai mistä saisin apua”

Marjo, kokemusasiantuntija

”**Reilu 10 vuotta meni pelatessa ”ongelmitta”** eli muutaman kerran kuukaudessa, muutamalla kympillä, sisältäen lottopelit. Talouteen tämä ei silloin vaikuttanut eikä tarvinnut myöskään pelata salassa. Pikkuhiljaa aloin pelata enemmän ja rahaa ja aikaa meni jo niin, että se vaikutti talouteen ja ajankäyttöön ja hyvin pian pelasin huomaamatta kaikki rahat, mitä minulla oli tililläni. Tähän asti olin aina maksanut laskuni ajoissa ja oli varaa ostella muutakin, jääkaappi oli aina täynnä, minulla ei ollut velkaa ja ansiotuloni olivat hyvät.

Pelien huumassa minun oli päästävä pelaamaan aina kun tiesin tililläni olevan rahaa, se poltteli siellä ja huusi minulle että, ”Äkkiä pelaamaan, ennen kuin rahat menevät muualle”! Minulle tuli nopea tarve päästä heti pelaamaan. Rahat loppuivat hyvin äkkiä ja siten myös velkaannuin pahasti. Velkaa sain monesta paikasta. Muutama minuutti ja rahat tilille, ei ansiotulotarkastuksia tai muuta tulojen esittämistä niiden oikeellisuudesta. Pikavippejä, kulutusluottoja ja joustoluottoja sekä luottokortteja oli kasoittain. Pelasin kaikki, mitä sain, millään muulla ei ollut väliä, kuin sillä, että sain katsella nettikasinoiden välkkyviä valoja ja kuunnella hurmaavia ääniä, paha olo ja väsymys poistui aina siksi aikaa, kun pelasin. Lopulta en edes ajatellut enää voittavani, pelasin pelaamisen takia, intohimosta.

Ruokaa ostin vain tarpeellisen ja laskut saivat jäädä maksamatta ja pian myös lainaerät jäivät maksamatta. Aina kun sain rahaa käsiini, se täytyi tunkea peleihin. Muistin vain sen hyvän olon, mikä minulle tuli pelatessani, en sitä pahaa oloa, mikä tuli pelaamisen jälkeen, kun kaikki oli taas hävitty.

”Rahan polttelu” tilillä jatkui myös sen jälkeen, kun pelaamiseni loppui. En osannut enää hoitaa talouttani. En tiennyt, mitkä laskut olisi ensin maksettava tai mistä saisin apua, kuka minua auttaisi tai edes haluaisi auttaa. Olinhan aikuinen ja päälle päin kaikki luulivat asiani olevan hyvin sekä talouteni

olevan hyvä. Häpeä esti minua pyytämästä tai etsimästä apua. ”Kyllähän jokainen aikuinen osaa raha-asioita hoitaa”. Mutta eipä osaa, se vaatii valtavan opettelun ja myös tukiverkoston.

Vaikken pelannut enää niin minun oli tarve saada silti rahat pois tililtäni ja ostinkin silloin paljon turhaa. Pelkäsin myös, että jos tililläni olisi rahaa niin sortuisin pelaamaan, koska se oli valtava houkutus. Rohkaistuini ja kerroin äidilleni ja sen jälkeen muillekin läheisilleni tilanteestani ja he auttoivat minut alkuun. Laitoimme laskuni suoraveloitukseen ja mitä laskujen jälkeen jäi tilille, nostin ne pois ja jaoin tasaisesti joka viikolle, että pärjäisin kuukauden. Vuoden päivät tätä tehtyäni opin tähän ja alkukuusta jopa pihistelin, jotta saisin loppukuulle enemmän rahaa käyttööni ja tällä rahalla palkitsin itseni ja perheeni. Teimme hyvää ruokaa, kävimme elokuvissa tai ostimme hyvillä mielin jotain tarpeellista.

Aloimme etsiä tahoja, jotka auttaisivat selvittämään velkani. Ensimmäisen avun sain äitini jälkeen seurakunnalta, diakonia-avusta. He kuuntelivat ja alkoivat kanssani selvittämään talousasioitani. Kohta tästä on mennyt neljä vuotta. Olen ulosoton asiakas pitkälle tulevaisuuteen saakka, mutta minun kohdallani koen sen pelastuksena. Nyt maksan velkojani ja ne menevät automaattisesti maksuun kuukausittain. Pelaamisen lopettamisen jälkeen en ole ottanut yhtään lisää lainaa tai jättänyt laskuja maksamatta. Velkojen maksamisen jälkeen loput rahat tulostani riittävät yleensä pakollisiin kuluihin. Joka kuukausi rahat eivät kuitenkaan riitä ja olen siten myös toimeentulotuen asiakas. Tiliotteeni menevät myös edelleen äidilleni, tämä on jäänyt tavaksi ja tuo minulle hyvän mielen. Olen oppinut, että ei rahan määrä tee onnelliseksi, toki se helpottaa elämää, mutta onnelliseen elämään tarvitaan usko itseän ja muuttumiseen. On uskallettava selvittää asiansa ja kantaa vastuunsa.”



Ongelmallisen rahapelaamisen taloudellisten seurausten vaikutus läheisiin

Johanna Järvinen-Tassopoulos & Hanna Karmakka-Asare

Ongelmallisen rahapelaamisen taloudelliset seuraukset koskettavat myös rahapelejä pelaavan henkilön perheenjäseniä ja joskus myös muita sukulaisia. Aiempien tutkimusten mukaan rahapeliongelma paljastuu läheisille yleensä taloudellisten seurausten kautta: laskuja ei olekaan maksettu ajallaan, perheelle on tullut yllättäviä vuokratärstejä ja pelaava perheenjäsen on velkaantunut. Ongelmallisen rahapelaamisen taloudellisia seurauksia selvittäessään läheiset tarvitsevat apua, jotta he eivät joudu yksin taloudellisesti vastuuseen puolison tai muun perheenjäsenen rahapeliongelma. Läheisen taloudellinen toipuminen alkaa perheen elämäntilanteen huomioon ottamisesta.

Koko perhe kipuilee rahapeliongelman vuoksi

Suurin osa rahapelaavan henkilön läheisiin liittyvistä tutkimuksista tarkastelee rahapeliongelman seurauksia puolisoitten näkökulmasta. Taloudellisten seurausten paljastuminen pelaamattomalle puolisolle voi olla shokki, koska havahtumiseen voi liittyä pelko asunnon menettämisestä ja pelaavan puolison velkojen takaisin maksun mahdottomuudesta. Puolisot kokevat petetyksi tulemisen tunteita, vihaa ja suuttumusta, epätoivoa ja pelkoa tulevaisuudesta. Tieto perheen huonosta taloustilanteesta vaikuttaa puolison toimintaan. Useimmiten puolisot haluavat auttaa pelaavaa

puolisoa etsimällä hänelle apua rahapeliongelmaan ja ottamalla perheen talousasiat hoidettavikseen. Puolisot joutuvat neuvottelemaan talousasioista keskenään, sillä pelaamaton puoliso usein haluaa tietää pelaavan puolison ottaman velan kokonaissummasta. Pelaavan puolison tiliotteiden tarkistaminen ja tämän pankkikortin itsellään pitäminen voivat luoda pelaamattomalle puolisolle taloudellisten seurausten hallinnan tunteen ja lisätä hänessä turvallisuuden tunnetta.

Vähemmän on tutkittu rahapeliongelman vaikutuksia lapsiin. Lasten asema perheessä, jossa kipuillaan rahapeliongelman kanssa, on heikko. Vanhemmat saattavat uskoa, etteivät lapset ole tietoisia rahapeliongelman seurauksista, koska heille ei ole puhuttu rahapeliongelmosta tai vanhemmat eivät ole riidelleet rahasta lasten edessä. Lapset elävät kuitenkin taloudellisessa niukkuudessa siinä missä vanhemmatkin. Pahimmillaan rahapeliongelman taloudelliset seuraukset muiden seurausten ohessa vaarantavat lasten hyvinvointia. Alaikäisetkin lapset saattavat reagoida perheen kiristyneeseen ilmapiiriin ja kantaa huolta perheen taloudellisesta tilanteesta. Vaikka perheen tilanne rahapeliongelman myötä olisikin haastava, on tärkeää pyrkiä vakauttamaan perheen tilannetta ja turvaamaan arjen sujuminen.

Taloudelliset seuraukset voivat olla ylisukupolvisia

Perheenjäsenistä myös aikuisella lapsella tai ikääntyvällä vanhemmalla voi olla rahapeliongelma. Pelaava aikuinen lapsi saattaa pyytää vanhemmiltaan taloudellista tukea (esimerkiksi rahaa ruokaostoksiin) omalle perheelleen, vaikka todellisuudessa perheen heikko taloudellinen tilanne johtuu rahapeliongelmosta. Rahapeliongelmaan liittyy paljon salailua ja häpeää. Jos vanhemmat saavat tietää aikuisen lapsensa rahapeliongelmosta, he voivat joutua kipeään valinnan eteen. He voivat valita auttaa aikuista lastaan, jotta tälle ei tule maksuhäiriömerkintää, hän pääsee eroon veloistaan tai hän saa tarvitsemansa lainan. Auttamatta jättäminen voi saada vanhemman kyseenalaiseksi oman vanhemmuutensa, vaikka taloudellisesti hänelle olisikin mahdotonta auttaa lastaan maksamaan velkansa. Joskus taloudellisen tuen lopettaminen on välttämätöntä, jotta rahapelaamisen kierre saadaan poikki. Vanhempien kanssa on hyvä keskustella siitä, ettei taloudellinen tuki ole ainoa keino auttaa aikuista lasta.

Aikuiset lapset voivat myös ajautua hoitamaan ikääntyvän vanhemman asioita. He saattavat huomata vanhempansa olevan rahapulassa tai luulevat tämän elävän hyvin säästeliäästi. Rahapeliongelman paljastuttua aikuiset lapset saattavat moittia itseään siitä, etteivät he esimerkiksi ymmärtäneet ikääntyvän vanhemman pelanneen yksinäisyyteensä tai suruunsa puolison kuoleman jälkeen. Aikuiset lapset tarvitsevat tukea selvittääkseen ikääntyvän vanhemman raha-asioita, koska useimmiten eläkeikään ehtineen vanhemman tulot eivät riitä rahapelaamisen lisäksi jokapäiväisiin kuluihin. Myös aikuiset lapset voivat kipuilla auttamisen ajatuksen kanssa, koska mikään laki ei velvoita heitä huolehtimaan taloudellisesti vanhemmistaan.

Läheisen taloudellinen toipuminen

Tutkimusten mukaan moni läheinen keskittyy talousasioiden selvittelyyn ja rahapelejä pelaavan perheenjäsenen auttamiseen. Vaikean taloustilanteen selvittely on tärkeää, mutta vain selvittelyyn keskittyminen saattaa peittää alleen pelaamattoman läheisen hädän ja ahdistuksen. Talousasioiden selkiytymisen jälkeen tulisi panostaa läheisen omaan jaksamiseen ja voimavaroihin. Hyvin usein läheinen kokee olevansa erittäin uupunut, eikä hänellä riitä voimia oman toipumisen ajatteluun. Puhe talousasioista läheisen kanssa on tärkeää, mutta vähitellen puhe olisi hyvä siirtää läheisen omaan jaksamiseen. Läheinen tarvitsee tukea kokonaisvaltaiseen toipumiseensa.

Jotta läheisen taloudellinen toipuminen onnistuisi, on hyvä kartoittaa perheenjäsenten kanssa seuraavat asiat:

- Arvioidaan perheen tarpeet ja tavoitteet
- Perheen vahvuudet
- Rahapelaamisen rooli perheessä
- Perheen näkemys rahapelaamisesta ja sen seurauksista
- Muut perheen ongelmat (esimerkiksi päihteidenkäyttöön tai mielenterveyteen liittyvät haasteet)
- Perheenjäsenten hoidon ja tuen tarpeet
- Läheisen kokemus taloudellinen väkivalta ja hyväksikäyttö
- Läheisen riski lähisuhdeväkivaltaan ja kaltoinkohteluun

Rahapeliongelman taloudelliset seuraukset eivät näyttäydy läheiselle pelkästään pelaavan perheenjäsenen ottamana velkana tai holtittomana rahankäyttönä. Kuten luvussa 2 mainitaan, läheinen voi joutua taloudellisen väkivallan uhriksi esimerkiksi siinä tapauksessa, että pelaavalla perheenjäsenellä on suuremmat tulot kuin läheisellä. Pelaava perheenjäsen saattaa käyttää suurimman osa kuukausituloistaan rahapelaamiseen, jolloin pelaamattomalle läheiselle jää perheen talouden ylläpito. Taloudellisen hyväksikäytön tapauksessa pelaava perheenjäsen saattaa ottaa kulutusluottoja läheisen nimiin jatkaakseen pelaamista tai pakottaa läheisen antamaan hänelle rahaa pelaamiseen. Pahimmillaan pakottaminen ja uhkailu voivat johtaa lähisuhdeväkivaltaan.

Rahapelejä pelaavaa henkilöä ja hänen läheisiään tulisi neuvoa hakemaan ammattiapua taloudellisissa ja laillisissa kysymyksissä sekä hakeutumaan vertaistuen piiriin. Läheisten kanssa on hyvä käydä läpi kysymyksiä siitä, kuinka voi suojata omat tulonsa rahapelaamiselta, ja mistä hän voi hakea apua taloudelliseen tilanteeseensa. Pohtiessa omien tulojen suojaamista läheisten kanssa, on hyvä huomioida apua hakevan läheisen sukupuoli, turvallisuus, perheen dynamiikka ja kulttuuriset kysymykset. Jos perheessä toimeentulon hankkiminen on ollut rahapelaavan henkilön vastuulla, voi olla hankalaa muuttaa rooleja puolisoitten välillä siten, että pelaamaton puoliso hoitaisi perheen raha-asiat. Kulttuuriset kysymykset on hyvä

huomioida silloin, kun läheinen tai hänen puolisonsa on maahanmuuttajataustainen tai kuuluu etniseen vähemmistöön. Käsitukset avun hakemisesta ja vastaanottamisesta, taloudesta ja perheestä voivat poiketa valtaväestön käsityksistä, ja silloin rahapeliongelman käsittelyyn tarvitaan kulttuurisensitiivistä otetta.

Taloudellisen toipumisen ensiaskeleet läheisen näkökulmasta:

- Budjetin luominen perheelle
- Perheen kulutustapojen selvittäminen
- Perheen taloudesta huolehtiminen, kunnes rahapelaaminen on hallittua
- Kodin turvaaminen laina-asioissa ja asian varmistaminen pankin kanssa
- Yhteisen pankki- ja/tai luottokortin lopettaminen
- Lakineuvonnan hakeminen tarvittaessa

Tutkimusten mukaan noin puolet rahapelaajista luottavat läheistensä tukeen sen sijaan, että he hakeutuisivat ammattiavun tai vertaistuen piiriin. Läheiset ovatkin avainasemassa siinä, että rahapelaaja hakeutuu avun piiriin ja alkaa toipua rahapelaamisesta.

On tärkeää selvittää, mitkä keinot auttavat läheistä, ja mitkä keinot eivät. Pelaavaa perheenjäsentä ja läheistä eivät yleensä auta seuraavat seikat:

Rahapelejä pelaavan perheenjäsenen näkökulmasta:

- Läheisen syyllistäminen omasta rahapelaamisesta ja perheen taloudellisesta ahdingosta
- Kieltäytyminen rahapelaamisesta johtuvasta taloudellisesta vastuusta
- Läheisen uhkaileminen taloudellisilla seurauksilla tai fyysisellä väkivallalla
- Rahapelaamisen oikeuttaminen henkilökohtaisilla syillä
- Salaamalla rahapeliongelma läheiseltä tai muulta perheeltä jatkaakseen pelaamista

Läheisen näkökulmasta:

- Pelaavan perheenjäsenen kuulustelu, sättiminen ja syyllistäminen rahapelaamisesta
- Pelaavan perheenjäsenen taloudellisen vastuun kantaminen
- Uhkaileminen parisuhteen päättämällä
- Rahapelaamisen oikeuttaminen pelaavan perheenjäsenen henkilökohtaisilla syillä
- Salaamalla rahapeliongelma muulta perheeltä tai sukulaisilta

Keskeiset lähteet

Talousvaikeudet osana rahapeliongelmaa ja taloudellinen toipuminen

- Grönroos, T., Kouvonon, A., Kontto, J. & Salonen, A. H. (2021). [Socio-Demographic Factors, Gambling Behaviour, and the Level of Gambling Expenditure: A Population-Based Study](#). Journal of Gambling Studies 38, 1093–1109.
- Heiskanen, M. (2017). [Problem gamblers and money: Unbalanced budgets and financial recovery](#). Publications of the Faculty of Social Sciences 64 (2017). Helsingin yliopisto.
- Heiskanen, M. (2018). [Talous- ja velkavaikeuksien kohtaaminen rahapeliongelmissa auttavissa tuki- ja hoitopalveluissa](#). Peliklinikka.
- Heiskanen, M. & Nevalainen, E. (2020). [Peliklinikan tunnuslukuja 2010–2020. Liite Peliklinikan 10-vuotisjulkaisuun](#). Peliklinikka.
- Järvelä, K., Raijas, A. & Saastamoinen, M. (2019). [Pikavippiongelmien laatu ja laajuus](#). Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä 3/2019. Kilpailu- ja kuluttajavirasto.
- Palomäki, J., Heiskanen, M. & Castrén, S. (2022). [Online 8-week cognitive therapy for problem gamblers: the moderating effects of depression symptoms and perceived financial control](#). Journal of Behavioral Addictions 11(1), 75–87.
- Salonen, A., Lind, K., Hagfors, H., Castrén, S. & Kontto, J. (2020). [Rahapelaaminen, peliongelmat ja rahapelaamiseen liittyvät asenteet ja mielipiteet vuosina 2007–2019: Suomalaisten rahapelaaminen 2019](#). Raportti 18/2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Latvala, T., Lintonen, T. P., Browne, M., Rockloff, M. & Salonen, A. H. (2021). [Social disadvantage and gambling severity: a population-based study with register-linkage](#). European Journal of Public Health 31(6), 1271–1223.
- Lind, K. (2022). [Problem Gambling and Criminal Behavior: Perspectives on Comorbidities and Social Disadvantage](#). Tampere University Dissertations 667. Tampereen yliopisto.

Talousvaikeuksien vaikutus hyvinvointiin

- Bask, M., Haapakorva, P., Gissler, M. & Ristikari, T. (2021). [Growing up in economic hardship: The relationship between childhood social assistance reciprocity and early adulthood obstacles](#). International Journal of Social Welfare, 30(2), 130–139.
- Blomgren, J., Maunula, N. & Hiilamo, H. (2014). [Sairastuttaako velka? 15 vuoden seurantatutkimus pitkäaikaisesti ylivelkaantuneista](#). Yhteiskunta-politiikka, 3, 245–263.
- Duodecim Terveyskirjasto (2023). [Peliriippuvuus](#). Duodecim.
- Hiilamo, A. (2019). [Velat ja mielenterveys – mitä tiedämme, mitä pitäisi vielä tietää? Näyttöön perustuvat suositukset käytännön työhön](#). Mieli Suomen Mielenterveys ry.
- Hiilamo, A., Keski-Säntti, M., Kääriälä, A. & Hiilamo, H. (2021). [Nuorten aikuisten maksuhäiriömerkinnät: rekisteritutkimus ikäkohorteilla 1987 ja 1997](#). Itla.
- Hilsman, R. & Garber, J. (1995). [A test of the cognitive diathesis-stress model of depression in children: Academic stressors, attributional style, perceived competence, and control](#). Journal of Personality and Social Psychology, 69(2), 370–380.
- Itla (2023). [Lapsiperheköyhyys datana](#).
- Lassander, M. (2020). [Rahaviisaus. Mitä jokaisen tulisi tietää rahasta ja mielenhyvinvoinnista](#). Atena.
- MIELI Suomen Mielenterveys ry (2023). [Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen](#). Teoksessa Kuvaja, E., Vesterinen, J. & Magnusson, M. (toim.). [Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden ja mielenterveyteen](#). Mieli Suomen Mielenterveys ry.
- Monroe, S.M. & Simons, A.D. (1991). [Diathesis-stress theories in the context of life stress research: Implications for the depressive disorders](#). Psychological Bulletin, 110(3), 406–425.
- Myllyviita, K. (2021). [Häpeän hoito](#). Duodecim.
- OECD (2022). [OECD/INFE Toolkit for Measuring Financial Literacy and Financial Inclusion](#).
- Pelastakaa Lapset ry (2023). [Lapsen ääni 2023](#). Pelastakaa Lapset ry.

Ristikari, T., Keski-Säntti, M., Sutela, E., Haapakorva, P., Kiilakoski, T., Pekkarinen, E., ... & Gissler, M. (2018). [Suomi lasten kasvuympäristönä: Kahdeksantoista vuoden seuranta vuonna 1997 syntyneistä](#). Terveyden 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, 412–429.

Talous- ja velkaneuvontaa tarjoavat palvelut ja asiakkaan ohjaus

Kela: www.kela.fi

Kilpailu- ja kuluttajavirasto: www.kkv.fi

Suomi.fi: www.suomi.fi

Takuusäätiö: www.takuusaatio.fi

Talousneuvolat: www.oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta

Talous- ja velkaneuvonta: www.oikeus.fi/talousjavelkaneuvonta

Ulosottolaitos: www.ulosottolaitos.fi

Yrittäjien talousneuvonta: www.ely-keskus.fi/web/yrittajan-talousapu

Taloudellinen toipuminen osana rahapeliongelman tukea ja hoitoa

Alho, H. & Aalto, M. & Castrèn, S. & Pajula, M. (toim.) (2022). [Peliriippuvuus](#). Duodecim.

Barnard, M. & Kerr, J. & Kinsella, R. & Orford, J. & Reith, G. & Wardle, H. (2013). [Exploring the relationship between gambling, debt and financial management in Britain](#). *International Gambling studies* 14(1), 82-95.

Grant, J. E. & Donahue, C. B. & Odlaug, B. L. (2011). [Treating Impulse Control Disorders: A Cognitive-Behavioral Therapy Program, Therapist Guide](#). Oxford University Press.

Heiskanen, M. (2017). [Problem gamblers and money: Unbalanced budgets and financial recovery](#). *Publications of the Faculty of Social Sciences* 64 (2017). Helsingin yliopisto.

Heiskanen, M. (2018). [Talous- ja velkavaikeuksien kohtaaminen rahapeliongelmissa auttavissa tuki- ja hoitopalveluissa](#). Peliklinikka.

Hodgins, D. C. & Makarchuk, K. (2021). [Avaimia rahapeliongelman hallintaan: oma-apuopas](#). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Ladouceur, R. & Lachence, S. (2020). [Rahapeliriippuvuus hallintaan. Terapeuttinen käsikirja](#). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Lassander, M. (2020). [Rahaviisuus. Mitä jokaisen tulisi tietää rahasta ja mielenhyvinvoinnista](#). Atena.

Miller, W.R. & Rollnick, S. (2023). [Motivational interviewing. Helping people Change and Grow](#). 4th edition. Guilford Press.

Swanton, T. B. & Gainsbury, S. M. (2020). [Gambling-related consumer credit use and debt problems: A brief review](#). *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 31, 21–31.

Takuusäätiö. [Opas velkojen selvittämiseen](#).

Ongelmallisen rahapelaamisen taloudellisten seurausten vaikutus läheisiin

Banks, J., Andersson, C., Best, D., Edwards, M. & Waters, J. (2018). [Families living with problem gambling: Impacts, coping strategies and help seeking](#). Sheffield Hallam University.

Dowling, N. A., Rodda, S. N., Lubman, D. I. & Jackson, A. C. (2014). [The impacts of problem gambling on concerned significant others accessing web-based counselling](#). *Addictive Behaviors* 39(8), 1253–1257.

Järvinen-Tassopoulos, J. (2018). [The impact of problem gambling: are there enough services available for families with children?](#) *Public Health* 184, 28–32.

Järvinen-Tassopoulos, J. & Marionneau, V. (2021).

Ongelmallinen rahapelaaminen sukupolvien välisenä kokemuksena ja huolenaiheena. Teoksessa Johanna Järvinen-Tassopoulos & Henna Pirskanen (toim.) [Riippuvuus perheessä](#). Helsinki: Gaudeamus, 31–54.

Järvinen-Tassopoulos, J. & Marionneau, V. (2021) Lasten asema rahapeliongelman varjossa. Teoksessa Johanna Järvinen-Tassopoulos & Henna Pirskanen (toim.) [Riippuvuus perheessä](#). Helsinki: Gaudeamus, 83–101.

Rodda, S. N., Dowling, N. A., Thomas, A. C., Bagot, K. L. & Lubman, D. I. (2019). [Treatment for family members of people experiencing gambling problems: Family members want both gambler-focused and family-focused options](#). *International journal of mental health and addiction* 18, 1318–1334.

”Koko ajan huoli siitä, mitä tehdään, kun ei enää pystytäkään maksamaan asumista.”

Rahapelejä pelaavien henkilöiden taloudellinen tilanne on merkityksellinen sekä ongelmien muodostumisessa että niistä selviämisessä. Ongelmallisen rahapelaamisen haitoista taloudelliset haitat ovat yleisimpiä. Taloudellinen toipuminen on käsitteenä uusi, mutta se auttaa hyvin rahapeliongelmiä kokeneita ymmärtämään oman tilanteensa.

Taloudellisen toipumisen opas on tarkoitettu ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään ihmisiä, joille rahapelaaminen on aiheuttanut taloudellisia seurauksia.

Oppaassa käsitellään monipuolisesti rahapelaamisen taloudellisia haittoja, kokemuksia rahapelihaitoista, haittojen vaikutusta perheeseen ja läheisiin sekä saatavilla olevaa apua asiakkaan taloudelliseen toipumiseen.



ISBN (painettu) 978-952-408-304-1
ISBN (verkko) 978-952-408-305-8
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-305-8>