



Talousvaikeudet heikentävät mielenterveyttä lapsiperheissä – ratkaisuja tarvitaan monella tasolla

Suomessa asuu lapsiperheitä, jotka sinnittelevät taloudellisen selviämisen äärirajoilla tai joilla ei ole mahdollisuutta säästää enää mistään. Pitkittyneet taloudelliset ongelmat, ylivelkaantuminen, pienituloisuus ja köyhyys kuormittavat näiden lapsiperheiden arkea ja mielenterveyttä. Perheiden inhimillisen kärsimyksen ja yhteiskunnalle aiheutuvien kustannusten näkökulmasta on tärkeää ehkäistä talousvaikeuksien syntymistä ja syvenemistä sekä tukea talousvaikeuksia kokevien perheiden mielenterveyttä. Näin vähennetään ylisukupolvisia haitallisia kehityskulkuja.

Talousvaikeudet ovat kytköksissä heikentyneeseen mielenterveyteen

Talousoingelmat heikentävät tutkitusti niin aikuisten kuin perheen lasten mielen-terveyttä ^{1,2,3,4}. Moni talousvaikeuksissa oleva vanhempi kokee stressiä, voimat- tomuutta ja myös häpeää talousvaikeuksistaan. Talousvaikeudet vaikuttavat monella tapaa lasten hyvinvointiin ja osallistumisen mahdollisuuksiin ⁵. Pa- himmillaan rahojen riittävyyteen liittyvä stressi voi johtaa perheessä jopa itse- tuhoisuuteen ja toivottomuuteen.

Heikentyneen mielenterveyden ja talousvaikeuksien yhteys toimii molempiin suuntiin ⁶: Ratkomalla talousvaikeuksia voidaan edistää mielenterveyttä, ja mielenterveyttä tukemalla voidaan ennaltaehkäistä talousvaikeuksia tai lisätä voimavaroja talousvaikeuksista selviämiseksi.

Perheiden huoli omasta toimeentulosta on kasvanut

Lapsiperheiden huoli toimeentulostaan on lähes kolminkertaistunut vuosina 2022–2023 Kansalaispulssi-aineiston perusteella. Koronapandemian seuraukset sekä hintojen ja korkojen nousu ovat 2020-luvun alkupuoliskolla kasvattaneet etenkin lapsiperheiden toimeentuloon liittyviä huolia. ⁷ Tämän lisäksi THL:n ⁸ laskelmien mukaan Petteri Orpon hallituksen esittämien sosiaaliturvan leikkaus- ten yhteisvaikutukset kohdistuvat voimakkaimmin pienituloisimpiin kotitalouksiin, jolloin useiden lapsiperheiden huoli toimeentulosta tulee kasvamaan.

Köyhyys koskettaa joka yhdeksää suomalaista lasta. Noin 120 000 lasta elää pienituloisessa perheessä ja velkaongelmat ovat osa 100 000 lapsen arkea. ⁹ SOSTE ry:n laskelman ¹⁰ mukaan hallituksen säästötoimet lisäävät pienituloisten lasten määrää 16 700 henkilöllä vuonna 2024. Riittämätön sosiaaliturva lisää myös mielenterveyden ongelmien riskiä ja siten kustannuksia yhteiskunnalle. Esimerkiksi lapsiperheiden toimeentulotuelle siirtyminen yhdistyy lapsen suu- rempiin sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksiin ¹¹.



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

Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen -selvitys, Mieli ry, 2023



Talousvaikeudet haastavat yhteiskunnallisesti

Lapsiperheköyhyydellä on yhteyksiä pitkälle elämäntielle. Suomalaisten pitkittäistutkimusten mukaan tiedetään, että lapsuudessa koettu taloudellinen niukkuus lisää myöhemmin elämässä riskiä työttömyyteen¹², mielenterveysongelmiin¹³, heikkoon koulumenestykseen¹⁴ ja ylivelkaantumiseen¹⁵. Jotta riskit eivät realisoidu, tarvitaan perheiden mielenterveyttä suojaavien tekijöiden vahvistamista.

Perheiden talousvaikeuksien taustalla on monitasoisia syitä, kuten ero, työttömyys, tai oma tai perheenjäsenen sairastuminen. Osalla perheistä talousongelmat johtavat ylivelkaantumiseen.

MIELI ry:n vuonna 2023 toteuttaman ”Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen” -selvityksen (n=572) mukaan vanhemmat raportoivat ylivelkaantumisen syinä olevan mm. elinkustannusten nousun, tulojen laskun sekä yhteiskunnan tukien riittämättömyyden tai väliinputoamisen niiden ulkopuolelle. Pitkittyneet talousvaikeudet ja ylivelkaantuminen voivat johtua myös itsestä riippumattomista syistä kuten taloudellisesta väkivallasta tai perheenjäsenen tai läheisen riippuvuuksista.

Talousongelmien juurisyiden ymmärtäminen auttaa kohdentamaan apua ja tukea oikealla tavalla ja ehkäisemään ylisukupolvisia vaikutuksia. Ratkaisuissa on huomioitava syiden moninaisuus ja mahdollinen päällekkäisyys sekä koko perheen tukeminen, jolloin toimenpiteitä tarvitaan yhteiskunnan eri tasoilla.

SUOSITUKSEMME:

Varhaisen tuen lisääminen ehkäisee ongelmien syvenemistä

Ennaltaehkäisevään ja matalan kynnyksen toimintaan panostaminen on ensiarvoisen tärkeää, jotta perheiden haasteet eivät pääsisi pitkittymään. Talousasioiden suunnitelmallinen puheeksi ottaminen perheiden palveluissa mahdollistaa varhaisen tuen saamisen ja ohjaamisen oikean jatkoavun piiriin. Talousvaikeudet ja niihin kytkeytyvät muut elämänhaasteet kuormittavat mielenterveyttä, jolloin mielenterveyspalveluiden tulisi olla helposti saatavilla ja niiden saaminen ei saisi olla rahasta kiinni.

- Ammattilaisten tulisi keskustella talousasioista systemaattisesti perheiden kanssa eri palveluissa ja ohjata heitä tarvittaessa oikean tuen piiriin.
- Perustason mielenterveyspalveluita tulisi parantaa. Palveluissa tulisi huomioida talousvaikeuksien vaikutus mielenterveyteen.
- Talous- ja velkaneuvonnan, Ulosottolaitoksen ja muiden sidosryhmien yhteistyössä toteuttama Talousneuvola-palvelu tulisi saada valtakunnallisesti kattavaksi, sillä palvelussa voi keskustella raha-asioista yhden luukun -periaatteella ilman ajanvarausta useiden eri ammattilaisten kanssa. Mielenterveyspalvelut tulisi saada mukaan toteuttamaan moniammatillista yhteistyötä talousneuvoloissa.
- Järjestöjen toiminnan rahoitus tulisi turvata. Näin vähennettäisiin julkisiin palveluihin kohdistunutta painetta. Järjestöillä on keskeinen rooli tarjota tukea nopeasti ja kynnyksettömästi, koska avun saaminen ei edellytä diagnooseja tai tunnistautumista.

Vanhemmuuden ja lasten tukeminen ehkäisee ongelmien ylisukupolvisuutta

Talousvaikeudet kuormittavat vanhempina jaksamista ja voimavaroja huolehtia arjesta. On tärkeää tunnistaa ja tukea erityisesti haavoittuvammassa asemassa olevia perheitä, kuten pienituloisia yhden vanhemman perheitä, monilapsisia perheitä ja erityislasten perheitä.

- Tarvitaan helposti ja nopeasti saatavilla olevaa tukihenkilö- ja tukiperhetoimintaa sekä maksutonta kotipalvelua tukemaan perheiden jaksamista kuormittavassa taloustilanteessa.
- Parannetaan ammattilaisten kykyä tunnistaa, tukea ja ohjata lapsia ja nuoria, jotka kohtaavat talousvaikeuksia perheissään.
- Vahvistetaan toimiviksi todettuja interventioita ja menetelmiä (esim. Lapsiperheiden vahvat rahataidot (VaRa) -interventio ja Lapset puheeksi® -menetelmä), jotta voidaan tukea paremmin perheitä, joille on toimeentulohaasteiden lisäksi kasautunut muita kuormittavia tekijöitä.
- Vahvistetaan sote-palveluissa vanhempien taloudellista toimintakykyä ja mielenterveystaitoja, kuten minäpystyvyyden tunnetta, psyykkisiä voimavaroja ja tulevaisuuden uskoa.

Riittävä toimeentulo ja sosiaaliturva suojaavat perheiden mielenterveyttä

Perusturva ja toimeentulotuen perusosa eivät nykyisellään ole riittävällä tasolla ¹⁶. Lisäksi lapsilisä on jäänyt hintojen kehityksestä jälkeen, koska sitä ei ole sidottu indeksiin. Erityisen suuressa köyhyysriskissä ovat Suomessa yhden vanhemman perheiden lapset ¹⁷, jotka elävät yli kahdeksan kertaa todennäköisemmin köyhyydessä kuin kahden vanhemman perheiden lapset. Kattava ja tasoltaan riittävä sosiaaliturva on tärkeä keino suojella lapsia köyhyydeltä ja siten tärkeää YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen toteutumisen kannalta.

- Lapsiperheiden riittävä toimeentulo ja sosiaaliturva tulisi varmistaa korottamalla perusturvaa ja toimeentulotukea.
- Lapsilisään tarvitaan merkittävä korotus ja se tulisi sitoa indeksiin, jotta sen ostovoima varmistuisi.
- Sosiaaliturvan tasossa tulisi kiinnittää erityistä huomiota jo ennestään haavoittuvassa asemassa oleviin lapsiin ja lapsiperheisiin.

Talousvaikeuksia kokevien perheiden kokonaisvaltainen tukeminen tulee huomioida päätöksenteossa

- Kaikessa yhteiskunnallisessa päätöksenteossa tulee huomioida talouden ja mielenterveyden välinen yhteys sekä pyrkiä systemaattisesti vähentämään talousongelmiin liittyvää stigmaa.
- Lapsia ja lapsiperheitä koskevassa päätöksenteossa on aina arvioitava päätösten vaikutukset lapsiin.
- Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten perus- ja täydennyskoulutuksiin tulisi saada osaamissisältöjä talousvaikeuksissa olevien arvostavasta kohtaamisesta, mielenterveyden ja koko perheen huomioivasta kokonaisvaltaisesta tukemisesta (kuten Lapset puheeksi® -menetelmä) sekä itsemurhariskin tunnistamisesta.
- Talousvaikeuksissa olevien perheiden auttamiseksi on varmistettava riittävät resurssit toiminnan toteuttamiseksi ja kehittämiseksi (esim. ammatillisesti ohjatut valtakunnalliset vertaistukiryhmät).



Toivoisin, että päättäjät ajattelisivat hieman pidemmälle, miten lasten tämän kaltainen syrjäytyminen tulee näkymään tulevaisuudessa. Kun lapselta viedään mahdollisuudet harrastaa, tavata ystäviä ja syödä terveellisesti ja monipuolisesti, mitkä kulut siitä seuraa tulevaisuudessa yhteiskunnalle -- vs. mitkä kulut olisivat, jos tätä tuettaisiin nyt?"

Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen -selvitys, MIELI ry, 2023

Lähteet

- ¹ Blomgren, J., Maunula, N. & Hiilamo, H. (2014). *Sairastuttaako velka? 15 vuoden seurantatutkimus pitkäaikaisesti ylivelkaantuneista*. Yhteiskuntapolitiikka 79(3), 245–263. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2014061126415>
- ² Richardson, T., Elliott, P. & Roberts, R. (2013). *The relationship between personal unsecured debt and mental and physical health: A systematic review and meta-analysis*. Clinical Psychology Review, 33(8), 1148–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.08.009>
- ³ Toikka, E. (2023). *Lasten ja nuorten elämäntyytyväisyys koetun köyhyyden ja materiaalsen puutteen kontekstissa*. [Väitöskirja, Turun yliopisto]. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-9237-9>
- ⁴ Lindberg, M., Nygård, M., Nyqvist, F. & Hakovirta, M. (2021). *Financial Stress and Subjective Wellbeing among Children –Evidence from Finland*. Child Indicators Research, 14, 799–819. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09779-9>
- ⁵ Kuvaja, E., Magnusson, M. & Vesterinen, J. (toim.). (2023). *Ylivelkaantumisen vaikutukset lapsiperheiden arkeen ja mielenterveyteen*. MIELI Suomen Mielenterveys ry. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/ylivelkaantumisen-vaikutukset-lapsiperheiden-arkeen-ja-mielenterveyteen/>
- ⁶ Have T. M., Tuithof M., Van Dorsselaer S., De Beurs D., Jeronimus B., De Jonge P. & De Graa, R. (2021). *The Bidirectional Relationship Between Debts and Common Mental Disorders: Results of a longitudinal Population-Based Study*. Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research, 48(5), 810–820. <https://doi.org/10.1007/s10488-021-01131-9>
- ⁷ Mäkinen, L. & Hiilamo, A. (21.8.2023). *Korkojen nousu lisää lapsiperheiden huolta toimeentulosta*. ITLA – Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö. <https://itla.fi/korkojen-nousu-lisaa-lapsiperheiden-huolta-toimeentulosta/>
- ⁸ Hiilamo, H., Kivipelto, M., Moisio, P., Munkkila, S., Nykänen, E., Ollonqvist, J., Peltoniemi, J., Saikku, P., Tervola, J., Tuovinen, A.-K. & Virrankari, L. (2023). *Hallitusohjelman mukaisten sosiaaliturvan leikkausten vaikutukset vuoteen 2027*. (Työpaperi 45/2023). THL. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-229-7>
- ⁹ ITLA Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö. (9.8.2024). *Lapsiperheköyhyys datana*. <https://itla.fi/lapsiperhekoehyys-datana/>
- ¹⁰ SOSTE (14.11.2023) *SOSTE selvitti hallituksen leikkausten vaikutukset maakunnittain – Lähes 17 000 uutta alaikäistä tippuu köyhyysrajan alle*. <https://www.soste.fi/uutiset/soste-selvitti-hallituksen-leikkausten-vaikutukset-maakunnittain-lahes-17-000-uut-ta-alaiikaista-tippuu-koyhyysrajan-alle/>
- ¹¹ Hiilamo, A., Keski-Säntti, M., Juutinen, A., Mäkinen, L., Ristikari, K. & Lallukka, T. (2023). *The effects of economic difficulties on social and health care costs of children –target trial emulation using complete birth cohort data in Finland*. (Preprint medRxiv). <https://doi.org/10.1101/2023.08.11.23293974>
- ¹² Lallukka, T., Kerkelä, M., Ristikari, T., Merikukka, M., Hiilamo, H., Virtanen, M., Øverland, S., Gissler, M. & Halonen, J. I. (2019). *Determinants of long-term unemployment in early adulthood: A Finnish birth cohort study*. SSM–population health, 8, 100410. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100410>
- ¹³ Bask, M., Haapakorva, P., Gissler, M. & Ristikari, T. (2021). *Growing up in economic hardship: The relationship between childhood social assistance recipiency and early adulthood obstacles*. International Journal of Social Welfare, 30(2), 130–139. <https://doi.org/10.1111/ijsw.12444>
- ¹⁴ Ristikari, T., Keski-Säntti, M., Sutela, E., Haapakorva, P., Kiilakoski, T., Pekkarinen, E., Gissler, M., Kääriälä, A., Aaltonen, M., Huotari, T., Merikukka, M., Salo, J., Juutinen, A. & Pesonen-Smith, A. (2018). *Suomi lasten kasvuympäristönä: Kahdeksantoista vuoden seuranta vuonna 1997 syntyneistä*. (Raportti 7/2018). Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 210. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-152-2>
- ¹⁵ Hiilamo, A., Keski-Säntti, M., Kääriälä, A. & Hiilamo, H. (2021). *Nuorten aikuisten maksuhäiriömerkinnät – rekisteritutkimus ikäkohorteilla 1987 ja 1997*. Itlan tutkimukset 2021:2. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7458-01-3>
- ¹⁶ Tervola, J. & Mäkinen, L. (2023). *Toimeentulotuen perusoan historia ja riittävyys nykypäivänä*. Yhteiskuntapolitiikka 88(4), 392–401. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe20230914125418>
- ¹⁷ UNICEF. (6.12.2023). *Suomi sijoittuu heikosti UNICEFin lapsiperheköyhyysvertailussa*. <https://www.unicef.fi/tyomme/ajankohtais-ta/uutiset-ja-nakokulmat/2023/suomi-sijoittuu-heikosti-unicefin-lapsiperhekoehyysvertailussa/>