



Ekososiaalisen talousneuvonnan mallinnus



Opas ammattilaisille ryhmätoiminnan tueksi

Sisältö

Esipuhe	3
Ekososiaalisen talousneuvonnan konteksti ja lähtökohdat	4
Kestävä elämäntapa, niukkuus ja epävarmuus	5
Taloulosaaminen ja taloudellinen hyvinvointi	6
Kohtaaminen ja vuorovaikutus	7
Luontolähtöisyys	8
Voimavaralähtöisyys	10
Osallisuus	11
Menetelmät	13
Edellytykset onnistuneelle ryhmämuotoiselle talousneuvonnalle	14
Rahatarina luontorasteina	15
Verkostokartta	17
Tulevaisuuden muistelu	18
Seuranta ja jatkopolut	20
Lisämateriaalit	21
Välttämätön, tarpeellinen vai turha -peli	21
Väittämäkortit	21
Erätaukokeskustelu	22
Fiiliskäsi-harjoitus alku- ja loppureflektioksi	22
Tsekkilistä luontolähtöiseen talousneuvontaan	23
Mittarit	24
Liitteet	24

Esipuhe

*Tervetuloa ekososiaalisen
talousneuvonnan pariin!*

Kehitimme ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamallin Takuusäätiön ja Marttaliiton yhteisessä Kestävät talouspolut -hankkeessa vuosina 2022–2024. Yhdistimme talousneuvontaan ekologisen ja sosiaalisen kestävyys tavoitteita. Halusimme myös haastaa totuttuja talousneuvonnan asetelmia, paikkoja ja tapoja.

Toimintamalli on kehitetty ryhmätoimintaan. Se perustuu yhteisöllisiin, voimavara- ja luontolähtöisiin sekä toiminnallisiin menetelmiin. Keskeistä on myös tasavertainen kohtaaminen, vuorovaikutus ja osallisuus.

Malli sopii erityisesti sellaiseen ryhmätoimintaan, jossa kohdataan taloudellisesti haavoittuvassa tilanteessa olevia henkilöitä. Ryhmässä on tunnustettu tarve raha-asioiden käsittelylle, mutta osallistujilla ei välttämättä ole voimavaroja tai motivaatiota osallistua talousneuvontaan. Olemme madaltaneet osallistumisen kynnyksiä yhdistämällä talousneuvontaan muuta osallistujille mielekästä toimintaa, kuten metsäretken tai ruoan valmistamisen. Samalla tarjoutuu mahdollisuus olla yhdessä, kuulua joukkoon, oppia uutta ja saada vertaistukea.

Yksi onnistumisen osatekijöistä oli se, että veimme ekososiaalisen talousneuvonnan olemassa oleviin yhteisöihin. Raha-asioista on helpompi puhua tutussa ryhmässä, jossa luottamus on jo rakentunut. Näin voidaan myös tukea talousosaamisen vahvistumista prosessiluonteisesti, kun osallistujat pystyvät jatkamaan aloitettuja keskusteluja myöhemmin saman ryhmän tai oman ohjaajansa kanssa. Tämä edellyttää sitä, että myös yhteisön ammattilaiset saavat valmiuksia ja keinoja tukea omia asiakkaitaan talousosaamisessa.

Kokemuksemme mukaan ryhmämuotoinen ekososiaalinen talousneuvonta sopii hyvin seuraaville kohderyhmille:

- työ- tai opiskelupaikkaa vailla olevat nuoret, esim. työpajatoiminta
- tuetun asumisen asiakkaat
- kaupungin asukastilojen kävijät
- aikuissosiaalityön asiakkaat
- kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat
- päihde- ja mielenterveyskuntoutujien ryhmätoiminta

Toteutimme neuvontakokeiluja vaihtelevissa ympäristöissä luokkahuoneista hiekkarantaan. Menimme myös metsään.

Kiitämme lämpimästi kaikkia ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamallin kehittämiseen kanssamme osallistuneita. Toivomme, että neuvonta-, opetus- ja sosiaalialan työntekijät hyödyntävät tätä mallinnusta soveltuvin osin omassa työssään.

Minna Markkanen, Takuusäätiö

Katri Pellikka, Marttaliitto

Venla Toivonen, Takuusäätiö



Ekososiaalisen talousneuvonnan konteksti ja lähtökohdat



*Ekososiaalisuuden tuominen arkeen on inspiroivaa.
Tekee omasta työstä merkityksellisempää.*

Kestävää talousosaamista -koulutukseen osallistunut ammattilainen

Kohtaamme jatkuvasti toisiinsa kytkeytyviä ja myös toisiaan vahvistavia kriisejä, kuten Ukrainan sota, energiakriisi, inflaatio, julkisen talouden kestävyyskriisi ja siihen liittyvät sopeuttamistoimet sekä ilmastonmuutos ja luontokato. Kriisien lyhyen tähtäimen nopeilla ratkaisuilla voi olla myös ei-aiottuja vaikutuksia, jotka pahentavat asioita pitkällä aikavälillä. Tämän vuoksi olisikin tärkeää tunnistaa ekologisen, sosiaalisen ja taloudellisen todellisuuden välisiä keskinäisriippuvuuksia nykyistä paremmin.

Ekososiaalisen viitekehyksen avulla voimme lähestyä yllä mainittuja kriisejä kestävä arjen ja hyvinvoinnin näkökulmasta. Tarvitsemme yhteistä keskustelua siitä, mitä kestävä hyvinvointi ja mielekäs arki maapallon ekologisissa rajoissa itse kullekin tarkoittavat ja miten nämä mahdollistetaan myös tuleville sukupolville.

Kriisien globaalista mittakaavasta huolimatta myös yksilön omalla toimijuudella on merkitystä. Ekososiaalinen viitekehys auttaa meitä refleктоimaan omia uskomuksiamme ja ajattelumallejamme sekä ymmärtämään oman toimintamme vaikutuksia muihin ihmisiin ja ympäristöön.

Ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamallissa keskitymme arjessa kohtaamiimme ekologisen, sosiaalisen ja taloudellisen kestävyuden kysymyksiin. Taustalla vaikuttaa myös tunnistettu tarve systeemiseen muutokseen ja yhteiskunnalliseen kestävyys siirtymään (ks. esim. [Sosiaalialan ilmastokäsikirja](#)). Yhteiskunnalliseen muutokseen vaikuttaminen ei kuitenkaan ole toimintamallin tavoitteena.

Seuraavaksi esittelemme ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamallin kontekstia ja lähtökohtia. Tämä toimii myös johdantona mallinnuksen käytännön menetelmäosiolle. Siinä esittelemme ekososiaalisen talousneuvonnan konkreettisia tehtäviä, jotka rohkaisevat raha-asioiden puheeksi ottamiseen, yhteiseen keskusteluun ja pohdintaan.

Kestävä elämäntapa, niukkuus ja epävarmuus



Yhteiskunnassamme on samaan aikaan läsnä kaksi ääripäätä. Ylikulutamme yli maapallon ekologisen kantokyvyn. Jos kaikki maapallolla kuluttaisivat kuten suomalaiset, tarvittaisiin yli 3,5 maapallon verran uusiutuvia luonnonvaroja. Toisaalta on myös ihmisiä, jotka kokevat niukkuutta arjessaan, jossa tulot eivät välttämättä riitä kattamaan edes perustarpeita. Niukka kulutus pakon sanelemana voi olla hyvinkin ympäristöystävällistä. Se kuitenkin tuottaa myös sellaista arkea, joka ei ole eläjälleen hyvinvoinnin näkökulmasta kestävää.

Myös epävarmuuden koetaan lisääntyneen omassa arjessa, yhteiskunnassa ja globaalisti. Epävarmuus kohtelee eri elämäntilanteissa olevia ihmisiä eri tavoin. Se kasaantuu erityisesti haavoittuvaisessa asemassa oleville ihmisille. Taloudellisella epävarmuudella on vaikutuksia arjen valintoihin, psyykkiseen kuormitukseen ja tulevaisuudenuskoon. Selviytymistä tukeviksi asioiksi nousevat puolestaan yhteisöllisyys, omiin arvoihin nojaava toiminta sekä arjen hyvinvointitaidot. Arjen toimet, tiedot ja taidot tuottavat turvaa ja hyvää mieltä. Lue lisää: [Elämä epävarmuudessa - Kevään 2023 kansallisten dialogien yhteenveto](#)

Ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamalli rakentuu yllä kuvattujen lähtökohtien varaan. Päämääränä on tukea arjen hyvinvointia: lievittää niukkuudessa ja epävarmuudessa elämisestä aiheutuvaa huolta ja stressiä.



Ekososiaalinen talousneuvonta on

- yhdessä tekemistä ja oppimista
- virkistäytymistä luonnossa tai muun mielekkään tekemisen parissa
- omien arvojen ja asenteiden reflektointia
- omaan tilanteeseen sopivien voimavarojen tunnistamista
- kestävien kulutusvalintojen pohtimista
- luottamuksen rakentamista tulevaan epävarmuudesta huolimatta
- pienten onnistumisten huomaamista
- keskeneräisyyden hyväksymistä

Talousosaaminen ja taloudellinen hyvinvointi



Ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamalli kytkeytyy myös talousosaamisen ja taloudellisen hyvinvoinnin kysymyksiin. Sen avulla voidaan luoda edellytyksiä, tukea voimavaroja ja motivaatiota talousasioiden jatkotyöskentelylle ja talousosaamisen syventämiselle.

Oikeusministeriö on yhdessä Suomen Pankin ja talousosaamisen toimijaverkoston kanssa sitoutunut edistämään suomalaisten talousosaamista. Tässä työssä keskeisessä osassa on kansallinen [talousosaamisen strategia](#). Sen tavoitteena on parantaa kansalaisten talousosaamista ja ymmärrystä talousosaamisen tärkeydestä omassa elämässään, jotta he pystyvät tekemään taloudenpitonsa kannalta hyviä päätöksiä. Talousosaamisen strategiassa on tunnistettu myös haavoittuvat ryhmät, joita ovat päihde- ja mielenterveyshaasteista kärsivät, nuoret, rahapelihaittoja kokevat, vähävaraiset lapsiperheet, ikäihmiset ja maahanmuuttajat.

Talousosaaminen koostuu eri osa-alueista, joita ovat taloudellinen tietämys, asenteet ja käyttäytyminen. Lisäksi huomioon on otettava myös yhteiskunnalliset rakenteet, ympäristö ja olosuhteet, jotka vaikuttavat etenkin taloudellisesti haavoittuvassa asemassa olevien toimintamahdollisuuksiin.

Talousosaaminen on yhteydessä taloudelliseen hyvinvointiin. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi mahdollisuuksia selviytyä taloudellisista vastoinkäymisistä, tuntea oma taloudellinen tulevaisuus turvatuksi sekä tehdä valintoja, jotka mahdollistavat omien taloudellisten tavoitteiden saavuttamisen.

Talousosaamisen strategiatyössä on myös tunnistettu tarve vahvistaa kestävää talousosaamista. Tavoitteena on muun muassa tukea taloudellista käyttäytymistä siten, että se vastaa kestäväen hyvinvoinnin arvoja ja asenteita sekä luoda yhteinen näkemys kestävästä kulutuksesta. Toimeenpano kestäväen talousosaamisen tavoitteiden osalta on ajoitettu vuosille 2025–2026.

Kohtaaminen ja vuorovaikutus



Joulun alla leivottiin piparimutakakkua ja siemennäkkäriä kuntouttavassa asumisyksikössä. Leivonnaisten kypsyyssä teimme raha-aiheista tehtävää, jonka aikana keskustelu kulki käytettynä ostamiseen ja sopivien vaatteiden löytämisen vaikeuteen. Pari osallistujaa innostui vaihtamaan tietoja hyvistä kirppareista, kun toisella heistä oli tarvetta uusille vaatteille. Ennen kuin päästiin kahvipöytään asti, oli heillä kirpparitreffit sovittuna. Yhdessä tehdessä saa usein pieniä hyviä ideoita, jotka vievät asioita eteenpäin.

-Tunnelmapala kurssilta ohjaajan näkökulmasta, asumisyksikkö

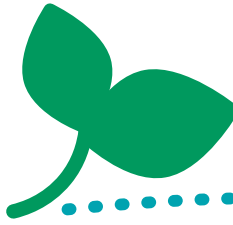
Ekososiaalisessa talousneuvonnassa tunnistetaan ja tunnustetaan ihmisten erilaiset lähtökohdat ja tilanteet. Neuvonnan tarkoitus ei ole antaa valmiita tai oikeita vastauksia. Keskeistä sen sijaan on yhdenvertainen kohtaaminen ja vuorovaikutus, joka kunnioittaa toisen arvoja, kokemuksia ja tunteita.

Kohtaamisen ja vuorovaikutuksen laadulla on merkitystä myös motivaation herättämisessä ja kannattelussa. Edward Deci ja Richard Ryan esittävät itseohjautuvuusteoriassaan, että ihmisen kolme psykologista perustarvetta ovat omaehtoisuus (autonomy), kyvykkyyden osoittaminen (competence) ja yhteenkuuluvuus (relatedness). Kun nämä tarpeet tyydyttyvät, syntyy sisäinen motivaatio.

Ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamalli perustuu ryhmämuotoiseen toimintaan, jossa ensisijaista on yhteinen tekeminen, keskustelu ja yhteisen ymmärryksen rakentaminen keskenään erilaisista lähtökohdista käsin. Ruokimme omaan talouteen liittyvää ajattelua keskustelulla, jonka apuna toimivat erilaiset tehtävät. Tavoitteena on reflektio ja reflektiotaitojen tukeminen. Pohdiskeluvan neuvontaotteen lisäksi löydämme yhteisestä tekemisestä iloa ja voimavaroja. Toimintamallin tavoitteena ei ole ratkaista asiakkaiden usein hyvinkin monimutkaisia talous- ja velkaongelmia. Näiden ratkaisemisessa auttaa talous- ja velkaneuvonnan palvelut.

Ekososiaalinen lähestymistapa vaatii myös ammattilaiselta heittäytymistä ja avointa mieltä. Omalla persoonalla osallistuminen ja vilpitön kiinnostus toimintaan osallistuvia ihmisiä ja heidän elämäänsä, kokemuksiaan ja näkemyksiään kohtaan luo yhteistä ymmärrystä ja luottamusta sekä mahdollistaa myös sen, että jokainen voi olla mukana itselleen sopivalla tavalla.

Luontolähtöisyys



Kevään ensimmäinen lämmin päivä, hiekkaranta, tulistelupaikka. Kurssilaiset levittäytyvät kukin itselleen sopivaan paikkaan, yksi istahtaa aurinkoiselle seinustalle, toinen riisuu kengät ja ottaa askeleita vielä viileässä hiekassa, loput kerääntyvät tukeista tehdyille penkeille. Asemoidun itse kasvot aurinkoon päin, jotta kurssilaisten ei tarvitsisi siristellä minua katsoessaan. Lippis on unohtunut kotiin, joten varjostan silmiä kädellä. Olen mukana ensimmäistä kertaa, tunnelma on odottava. Käymme fiiliskierroksen, juttelemme ihanasta säästä ja alamme tehdä rahatarinaa. Alkukankeus sulaa auringonpaisteeseen. Lopun peukkubarometrillä saatiin kurssikerran palautteeksi yhdeltä yksi peukku ylöspäin, muilta kokonaiset kaksi.

-Tunnelmapala kurssilta ohjaajan näkökulmasta, aikuissosiaalityön ryhmä

Luonnolla on tutkittuja terveys- ja hyvinvointivaikutuksia. Jo pelkkä luonnossa oleminen tuo terveys- ja hyvinvointihyötyjä, kun verenpaine laskee ja stressi vähenee. Ihmisen fyysinen aktiivisuus lisääntyy, stressistä palautuminen nopeutuu ja sosiaalinen hyvinvointi paranee. Luonnonläheisyyden, luonnossa oleskelun ja toimimisen on todettu saavan ihmiset ajattelemaan myönteisemmin myös muista ihmisistä, mikä edistää yhteisöllisyyttä.

“ *Kävimme ryhmän kanssa lähiluonnossa retkellä tekemässä talousaiheisia tehtäviä. Kurssin jälkeen sain kuulla asumisyksikön ohjaajalta, että yksi ryhmäläisistä ei oikeastaan koskaan poistunut omasta huoneestaan. Tälle retkelle hän oli kuitenkin halunnut lähteä.*

- Marttojen kotitalousasiantuntija

Luontoympäristö tarjoaa hyvät puitteet ottaa puheeksi hankalaksi koettuja asioita, kuten raha. Kohtaaminen ammattilaisen ja asiakkaan välillä on tasa-arvoisempi, kun ympäristö on puolueeton. Toiminnallinen tekeminen luonnossa tukee myös luottamuksen syntymistä ammattilaisen ja asiakkaan välille. Lisäksi vaikeiden tunteiden käsittely voi olla helpompaa luonnossa.

“ *Pidin talousasioiden ja luonnon yhdistämisestä. Ympäristö tuki asioiden äärellä olemista, paransi keskittymistä. Eväiden syönte yhdessä tuki yhteisöllisyyttä ja vertaistuen muodostumista.*

- Neuvontakokeiluun osallistunut ammattilainen

Luontoon lähteminen ja siitä kiireettömästi nauttiminen ei ole kaikille tavallista tai tuttua. Ryhmätoiminnassa voimme kokeilla luontoon lähtemistä matalalla kynnyksellä, mikä toivottavasti rohkaisee ja innostaa luontoon myös jatkossa ryhmän ulkopuolellakin. Luonnossa toimiminen vahvistaa parhaimmillaan myös osallistujien luontosuhdetta. Vahvalla luontosuhteella on puolestaan todettu olevan yhteys ympäristön kannalta vastuullisempiin arjen valintoihin.



Luontolähtöisen toiminnan hyvinvointivaikutukset

- vahvistaa yhteisöllisyyttä
- tukee terveyttä
- vahvistaa luontosuhdetta
- lisää fyysistä aktiivisuutta
- lisää osallisuutta
- lisää myönteisiä tunteita
- vahvistaa oppimista



Voimavaralähtöisyys



- Voiko näitä nuolia laittaa kumpaankin suuntaan? Siis kyllä mä saan meidän koirasta voimavaroja, mutta on sen kanssa oleminen välillä rasittavaakin!
- Joo, tietty voi laittaa. Aika usein varmaan on sellaisia, joissa voimavarat liikkuu kumpaankin suuntaan.
- Paitsi metsään lähteminen ei kyllä vie mitään. Eikä maksa mitään.
- Onks muilla siellä jokin sellainen, joka tuo voimavaroja eikä maksa mitään?
- No lukeminen ja kavereiden kanssa oleminen.
- Ja sarjojen kattelu!

-Tunnelmapala kurssilta ohjaajan näkökulmasta, nuorten työpaja

Voimavaralähtöinen työorientaatio talousneuvonnassa auttaa tunnistamaan asiakkaan ympäristössä olevat resurssit ja sosiaaliset suhteet sekä sen, miten nämä vaikuttavat rahankäyttöön joko myönteisellä tai kielteisellä tavalla. Haasteiden tunnistamisen sijaan keskitymme ennen kaikkea siihen, mitä resursseja oma ympäristö tarjoaa ja miten niitä voi hyödyntää.

Talousneuvonnassa voimavaralähtöinen lähestymistapa on olennainen, koska meillä jokaisella on voimavaroja antavia ja niitä vieviä asioita, ja suureen osaan näistä liittyy myös rahankäyttö. Voimavaralähtöisessä talousneuvonnassa hyödynnämme verkostokarttaa, joka perustuu Bronfenbrennerin ekologiseen systeemitteoriaan. Arjen verkostoja tunnistaessa voi herätellä ajatuksia myös talouden suunnitteluun: Mihin rahojen olisi tärkeää riittää? Entä mitä minulle arvokasta elämässäni on silloinkin, kun rahatilanne on tiukka?



Voimavaralähtöisyys on

- voimavarojen ja vahvuuksien tunnistamista ja näkyväksi tekemistä
- sosiaalisten suhteiden huomioimista
- arjen valinnanmahdollisuuksien tunnistamista
- pitkän ja lyhyen aikavälin tavoitteiden pohtimista
- toivon löytämistä

Osallisuus



"Lähdetkö tänään mukaan? Kiva, jos tuut!" Menimme ryhmän kanssa lähipuiston puiden alle tekemään rahatarinatehtävää. Yhden osallistujan jalka oli kipeänä, mutta kadun toiselle puolelle asti hänkin pystyi lähtemään. Eräs toinen osallistuja ei osallistunut keskusteluun lainkaan. Lähtiessämme keräsin tehtäväpaperit kasaan. Hiljainen osallistuja oli kirjoittanut ja piirrellyt tehtäväpohjansa täyteen kaikenlaista hänelle merkittävää: lapsuuden säästötavoitteet, lapsuudenperheen rahahuolet, ensimmäisen oman palkan, nykytilanteen riippuvuuden Kelan tuista. Jokainen osallistuu itselleen sopivalla tavalla.

-Tunnelmapala kurssilta ohjaajan näkökulmasta, aikuissosiaalityön ryhmä

Osallisuus on sitä, että ihminen kokee olevansa merkityksellinen osa kokonaisuutta. Hän tulee kuulluksi omana itsenään ja vaikuttaa elämänsä kulkuun ja yhteisiin asioihin. Osallisuus on vahvasti yhteydessä hyvinvointiin: matalan osallisuuden kokemuksen on todettu liittyvän muun muassa vakavaan psyykkiseen kuormittuneisuuteen, yksinäisyyteen ja huonoksi koettuun työkykyyn. Kokemus osallisuudesta lisää hyvinvointia, turvallisuutta, uskoa tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin. Lue lisää osallisuuden edistämisestä esimerkiksi [THL:n verkkosivuilta](#).

“ *Välittömästi huomasin, että talousneuvonnalla oli ainakin ryhmäyttävä vaikutus. Oli myös hienoa huomata, kuinka avoimesti nuoret lähtivät mukaan keskusteluun ja myös tyypillisesti porukan hiljaisimmat osallistuivat aktiivisesti.*

- Neuvontakokeiluun osallistunut ammattilainen

Uuden oppiminen tapahtuu aina vuorovaikutuksessa, kun ihmiset jakavat ajatuksia ja toimivat yhdessä toistensa kanssa. Yhteisöllisyyttä voi vahvistaa yhteisellä tekemisellä myös talousneuvonnassa. Toiminnallisten taloustehtävien lisäksi mielekästä tekemistä voi olla esimerkiksi ruoanlaitto, luontoretki tai mistä ryhmäläiset kulloinkin innostuvat.

Toiminnallisuus vahvistaa osallisuutta, kun tehtävät innostavat osallistumaan. Kukin osallistuja voi valita osallistumisensa tavan – pohdinko tänään enemmän itsensä vai osallistunko aktiivisesti yhteiseen keskusteluun. Myös pelkkä paikalla oleminen voi olla jollekulle sopiva tapa osallistua. Yhteisen tekemisen äärelle pysähtyminen myös vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmässä.



Osallisuus on mahdollisuus

- olla oma itsensä ja määritellä, mihin toimintaan osallistuu
- kuulua itselleen merkitykselliseen yhteisöön tai ryhmään
- tehdä asioita yhdessä, kaikkien ideoita kuunnellen
- sanoa oma mielipide asioihin
- saada apua, kun sitä tarvitsee





Menetelmät

“ *Aihe on iso ja maailmaa syleilevä ja voi otsikkotasolla tuntua siltä, että on joko "liian iso kakku itselle" tai "ei kuulu mulle". Mutta nämä menetelmät ja näkökulmat on mutkattomasti rakennettu ja just arkisella tasolla käyttöön otettavia.*

- Kestävää talousosaamista -koulutukseen osallistunut ammattilainen

Nyt pääsemme käytännön pariin! Olemme koonneet kestävän talousneuvonnan menetelmiin puheeksi oton ja yhteisen reflektion työkaluja.

Sinun ei tarvitse olla talousasioiden ammattilainen voidaksesi hyödyntää ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamallia. Malli ja sen tehtävät on suunniteltu otettaviksi käyttöön matalalla kynnyksellä. Mikäli haluat perehtyä vielä syvällisemmin raha-asioiden puheeksi ottoon tai tarvitset lisää työkaluja talousneuvonnan ja -ohjauksen tueksi, voit osallistua Takuusäätiön ammattilaisille tarjoamiin koulutuksiin ja työpajoihin. Näistä voit lukea lisää [Takuusäätiön verkkosivuilta](#).

Tarkastelemme tässä mallinnuksessa ihmistä ja hänen rahankäyttöään kolmessa kohdassa kestävämmän talouspolun varrella. Nämä kohdat muodostavat aikajänteen, joka ulottuu menneisyydestä nykyhetkeen ja tulevaisuuteen.

- Miten minusta tuli sellainen rahankäyttäjä, kuin olen nyt?
- Mikä nykytilanteessani antaa voimavaroja, mikä niitä vie? Entä miten nämä vaikuttavat rahankäyttööni?
- Miltä kulutusvalintani näyttävät ympäristön ja oman talouden kestävyysnäkökulmasta?
- Millaista tulevaisuutta voin kuvitella, ja millaisia askeleita sinne päästäkseen on otettava?

Oman rahasuhteen ja voimavarojen tunnistaminen luovat pohjaa kestäväälle rahasuhteelle ja kuluttajuudelle. Kun vahvistamme luottamusta tulevaisuuteen ja mahdollisuuksiin elää omannäköistä elämää, myös toimijuus omassa elämässä vahvistuu.



Edellytykset onnistuneelle ryhmämuotoiselle talousneuvonnalle

“ Tehtävät olivat monipuolisia ja hienovaraisia, niihin pystyi osallistumaan omista lähtökohdista riippumatta.

- Neuvontakokeiluun osallistunut ammattilainen

Mitä asioita tarvitaan, että talousaiheinen työpaja onnistuu sekä ohjaajan että osallistujien mielestä? Mukana olemisesta on oltava itselle koettua hyötyä. Ilahtuminen ja positiivinen kokemus tasoittavat tietä uusien tietojen ja taitojen vastaanottamiselle. Tältä pohjalta meissä herää parhaimmillaan kiinnostus niin itselle, kuin ympäristöllekin kestävämpien oman talouden valintojen tekemiseen.

Parhaiten olemme onnistuneet silloin, kun:

- Ryhmäkoko on ollut sopiva, enintään 10 henkeä. Tällöin keskusteluja on voitu käydä yhdessä toisiltamme oppien, mutta niin, että kaikilla on riittävästi tilaa.
- Ryhmä on tavannut useammin kuin kerran. Tutustuminen ja luottamuksen rakentuminen vie aikaa.
- Aikaa on varattu riittävästi keskustelulle ja omalle pohdinnalle eikä kiireen tuntua ole ollut.
- Jokainen on voinut valita itselleen sopivan tavan osallistua, eikä ole ollut painetta jakaa enempää kuin haluaa. Toiset pohtivat asioita mieluusti ääneen, toiset taas kirjoittavat tai piirtävät niitä itselleen ylös. Myös osallistuminen vain muita kuunnellen voi välillä olla itselle paras tapa.
- Ryhmän omat ohjaajat ovat mukana. Tämä edesauttaa luottamuksen syntymistä ja jatkopolutusta yksilöohjaukseen. Ohjaajat ovat sanoneet, että toiminnassa ryhmäläisistä pääsi näkemään uusia puolia ja kuulemaan uutta näiden tilanteesta.
- Käytettävät menetelmät ovat olleet aiemmin itse testattuja eli työpajan vetäjälle tuttuja.



Tutustu menetelmiin etukäteen rauhassa. Havainnoi, millaisia ajatuksia, tunteita ja ennakkoasenteita sinussa herää, kun käyt läpi esimerkiksi omaa rahatarinaasi. Miten ne voivat vaikuttaa siihen, miten ohjaat asiakkaitasi silloin kun puhutte raha-asioista?



Kysymyksiä oman reflektion tueksi:

- Miltä tehtävän tekeminen minusta tuntui?
- Onko siinä jotain, mitä on vaikea käsitellä?
- Millaisia omakohtaisia kokemuksia minulla on näistä aiheista?
- Mitä hankaliakin tunteita tulee, kun joku kertoo ajattelevansa tai tekevänsä eri tavoin, kuin mitä pidän hyvänä?
- Entä miltä minusta tuntuu, jos esille nousee ongelmia, joihin ei ole olemassa yksiselitteisiä ratkaisuja?

Etukäteen kokeilemalla löydät syvyyttä omaan tekemiseen ja löydät ehkä itsestäsi jotain uutta. Pystyt tällöin myös helpommin toimimaan reflektion apuna osallistujille: huomaatte yhdessä, mitä olette oivaltaneet, ja missä osallistuja voi jatkaa aloitettua pohdintaa. Yhteisiä ajatuksia kannattaa kerätä yhteen ja sanoittaa jo ennen tehtävän tekemisen aloittamista ja sen aikana. Myös yhteinen purku on tärkeää. Ennen tehtävän aloittamista voi muutamalla sanalla käydä läpi, millaisia odotuksia tehtävän tekemiseen kohdistuu.



Rahatarina luontorasteina

“Pidin tavasta, jolla teemaa lähestyttiin. Taloustaidot ja ylipäättään suhde talousasioihin on niin monen tekijän summa, se lähtee jo siitä, miten lapsuuden perheessä asioita ollaan käsitelty.”

- Neuvontakokeiluun osallistunut ammattilainen



Tehtävän tavoite:

Rahatarina-menetelmän avulla sukellamme menneisyyteen ja tuomme esiin niitä asioita, jotka ovat muokanneet meistä sellaisia rahankäyttäjiä kuin olemme. Menetelmän avulla huomaamme, millaisia rahaan liittyviä ajatusmalleja, tunteita ja taitoja meille on elämän varrella kertynyt ja mistä olemme niitä oppineet. Voimme myös tunnistaa yhteisöllisiä ja yhteiskunnallisia kokemuksia ja huomata, miten samoin ja eri tavoin ne ovat meihin vaikuttaneet. Rahatarinan työstäminen ryhmässä normalisoi rahasta puhumista ja tuo esiin rahaan liittyviä taitoja, joita meillä jo on.

1. Levitä rastit ympäri käytettävissä olevaa tilaa.
2. Osallistujat keräävät ympäristöstä rastien määrän verran asioita, joita voi käyttää rastimerkkeinä - käpyjä, kiviä, risuja, lehtiä tms. Merkkeinä voi käyttää myös jotain mukana tuotuja esineitä tai merkki voidaan tehdä kynällä.
3. Osallistujat kiertävät rastiradan ja jättävät omat puumerkkinsä niille rasteille, joista heillä on omakohtaista kokemusta.
4. Käydään lopuksi rastirata läpi yhdessä keskustellen.



Kysymykset keskustelun tueksi:



LAPSUUS JA NUORUUS

- Millaista mallia olet saanut lapsuudessasi rahankäyttöön?
- Mistä olet kiitollinen? Onko jotain, mitä olet päättänyt tehdä toisin?
- Kuka on vaikuttanut omaan tapaasi käyttää rahaa?
- Käytätkö rahaa samalla tavalla kuin lapsuudenperheesi?
- Mitä rahaan liittyviä taitoja olet oppinut lapsuuden ja nuoruuden aikana? Mistä olet niitä oppinut?



RAHATAIDOT

- Mitä rahataitoja olet oppinut aikuisena? Keneltä tai mistä?
- Mitä rahataitoja olet opettanut muille?
- Mitä rahataitoja haluaisit vielä oppia? Missä ja miten niitä voisi oppia?



TULEVAISUUDEN SUUNNITTELU

- Mihin olet säästänyt?
- Mihin haluat nyt säästää?
- Mitä toivot omalta rahatilanteeltasi tulevaisuudessa?



LAINA JA VELKA

- Onko kaikki laina yhtä hyvää/huonoa?
- Milloin lainan ottaminen on paikallaan?
- Kenelle on turvallista lainata rahaa?



RAHAAN LIITTYVÄT TUNTEET

- Millaisia tunteita raha voi herättää?
- Missä kohtaa kehossa erilaiset tunteet tuntuvat?
- Miten mieltä ja kehoa voi rauhoittaa?



AJANKUVA JA YHTEISKUNNALLISET MUUTOKSET

- Millaiset yhteiskunnalliset asiat vaikuttavat yksilöiden raha-asioihin?
- Voiko niitä ennakoida?



LOPUKSI: Jaa tärkein oppimasi raha-asia!

- Jokainen jakaa yhden oivalluksen tai opin raha-asioista
- Rakentakaa samalla metsämandala: Kerätkää rasteille jätetyt luonnosta kerätyt merkit. Jokainen osallistuja vie niitä yhteiseen taideteokseen samalla, kun kertoo oman oppinsa. Mandala voidaan kuvata osallistujille muistoksi. Lue lisää metsämandalasta [Marttojen sivuilta](#).



Materiaali: [Rahatarinarastit 14 kpl](#)

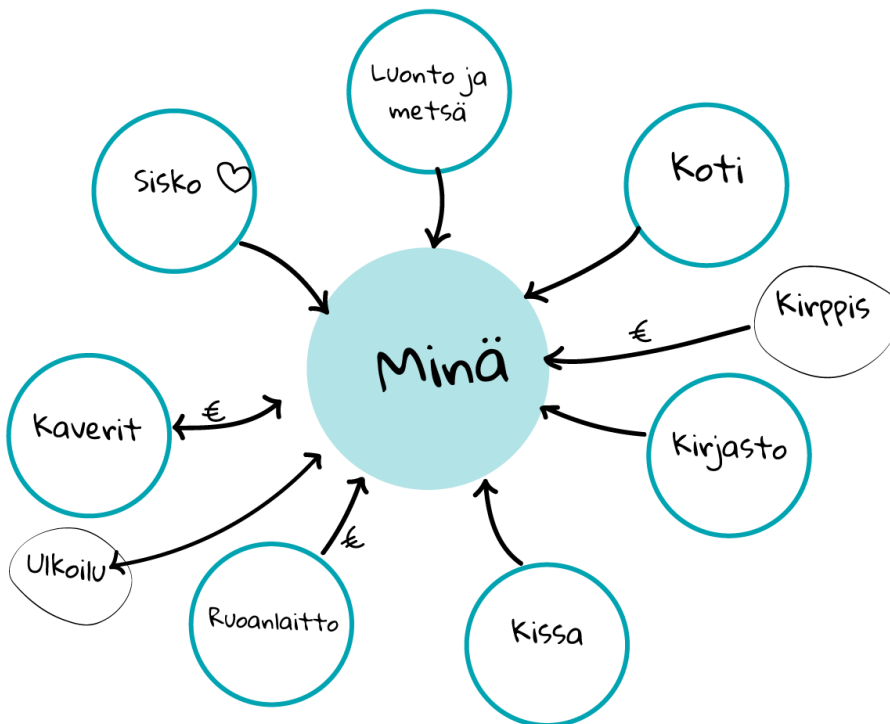
Rahatarinan voit toteuttaa myös [aikajanamuotoisena tehtävänä](#).

2.

Verkostokartta

Tehtävän tavoite:

Verkostokartan avulla tunnistamme omasta toimintaympäristöstämme voimavaratekijöitä, kuten läheisiä, luontokohteita ja rakkaita harrastuksia. Huomaamme, miten raha liittyy voimavaroja antaviin ja niitä vieviin asioihin ja herättelemme ajatuksia raha-asoiden suunnitteluun. Kiinnitämme erityistä huomiota niihin ilmaisiin asioihin, joista elämässä saa voimavaroja.



1. Kirjoita keskimmäiseen ympyrään oma nimi.

2. Kirjoita muihin ympyröihin arkeen kuuluvia paikkoja, ihmisiä ja asioita

- Kirjoita yhteen ympyrään henkilö, jota tapaavat usein (tai jonka kanssa olet muuten paljon yhteydessä)
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin asia, mitä teet usein
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin paikka, jossa käyt usein
- Jatka tällä tavalla ympyröiden täyttämistä. Voit piirtää lisäympyröitä.

3. Vedä ympyröiden ja oman nimen välille voimavarayhteyksiä yksi kerrallaan.

- Jos saat asiasta voimavaroja, piirrä nuolen pää osoittamaan sinua.
- Jos asia vie voimavaroja, piirrä nuoli osoittamaan sinusta pois päin.
- Jos asia samaan aikaan vie ja tuo voimavaroja, piirrä nuolet molempiin suuntiin.

4. Pohditaan seuraavaksi, miten näihin ihmisiin, asioihin ja paikkoihin liittyy raha.

- Jos voimavarasuhteeseen liittyy rahankäyttöä, lisää € -merkki.
- Löytyykö verkostokartalta ihminen, jonka kanssa on rahallisesti turvallista olla? Merkitse sydämellä tai muulla merkillä



5. Käydään yhdessä läpi, millaisia asioita nousee esille.

Näitä voidaan kerätä omista kartoista esimerkiksi post-it lapuilla yhteisten rastien alle.

- Asioita ja ihmisiä, joista saa voimavaroja
- Asioita ja ihmisiä, jotka vievät voimavaroja



6. Keskustellaan vielä lisää rahasta:

- Kuka tai mikä vie rahojasi?
- Mistä asioista saat voimavaroja, mutta eivät maksa mitään?
- Kenen kanssa tai missä voit tehdä asioita, joihin ei liity rahankäyttö?
- Keneen ei voi raha-asioissa luottaa?
- Keneltä voit kysyä neuvoa raha-asioissa?
- Kuka voi auttaa raha-asioissa?



Materiaali: Tulostettava verkostokarttapohja

Verkostokarttaa voi käyttää myös budjetoinnin aloittamisessa. Merkitse tehtävän 4. kohdassa €-merkin sijaan se summa, jonka käytät kuukaudessa tähän asiaan, paikkaan tai ihmiseen. Summa voi olla myös tuloa. Mistä summat voi tarkistaa? Riittävätkö rahat yleensä voimavaroja antaviin asioihin? Summat voimavarakartasta voi siirtää tarkempaa budjetointia varten esim. [Takuusäätiön budjettilaskuriin](#).

3.

Tulevaisuuden muistelu



Tehtävän tavoite:

Tulevaisuuden muistelun avulla tunnistamme tulevaisuuden toiveita. Tunnistamme myös toiveen tavoittelemisessa olevia askeleita, jotka liittyvät rahaan. Tavoitteena on vahvistaa luottamusta tulevaisuuteen ja motivaatiota itselle mieluisan tulevaisuuden tavoitteluun. Kun vahvistamme luottamusta tulevaisuuteen, lisäämme motivaatiota ja sitoutumista tehdä tässä päivässä tulevaisuuden kannalta hyviä valintoja.

1. Tulevaisuuden toive & kortit

1. Kortit esillä pöydällä/maassa.
2. Katsellaan kortteja ja pohditaan itsekseen, miten ne voisivat liittyä omaan tulevaisuuteen.
3. Pohditaan, mitä omalta tulevaisuudelta toivotaan.
4. Valitaan kortti, joka kuvastaa toivetta.
5. Käydään läpi toiveita tulevaisuudelle valittujen korttien avulla ja näytetään kortti muille.



Apukysymyksiä:

- Miksi valitsit juuri tämän kuvan?
- Mitä näet kuvassa?
- Mikä toive kuvaan liittyy?

2. Toiveesta muisteluun

Seuraavaksi siirrytään ajatuksissa tulevaisuuteen, kun toiveesi on toteutunut.



Keskustellaan, miltä toiveen toteutuminen tuntuu.

- Missä kohtaa kehossa toiveen toteutuminen tuntuu?



Seuraavaksi pohditaan sitä, miten raha on liittynyt toiveen toteutumiseen.

Mitä rahatilanteessani on pitänyt tapahtua, jotta toive on voinut toteutua?

- Paljonko rahaa tarvitsin toiveen toteutumiseen?
- Mistä sain tämän selville?
- Mistä sain rahat?
- Pääsinkö opiskelemaan, sainko töitä?
- Tarvitsinko lainarahaa vai sainko säästettyä rahat?
- Pitikö minun muuttaa kulutustani?
- Tarvitsinko uusia tuloja?
- Pitikö minun tarkastella omia menoja?
- Mikä oli ensimmäinen askel, jonka otin toiveen toteutumista kohti?
- Millaisia esteitä matkalla toiveen toteutumiseen oli?
- Mitä muuta kuin rahaa tarvitsin tulevaisuuden toiveen toteutumiseen?
- Kuka minua auttoi?



Lopuksi voi vielä keskustella siitä, miltä tehtävän tekeminen ja tulevaisuuden pohtiminen tuntuivat.



Materiaali: [26 kpl tulostettavaa kuvakorttia](#)

Kortteina voi käyttää myös muita kortteja tai kuvia, jos sellaisia löytyy jo etukäteen. Kuvat voivat liittyä esimerkiksi luontoon, kaupunkiin, maaseutuun, liikkumiseen, eläimiin tai ihmisiin.

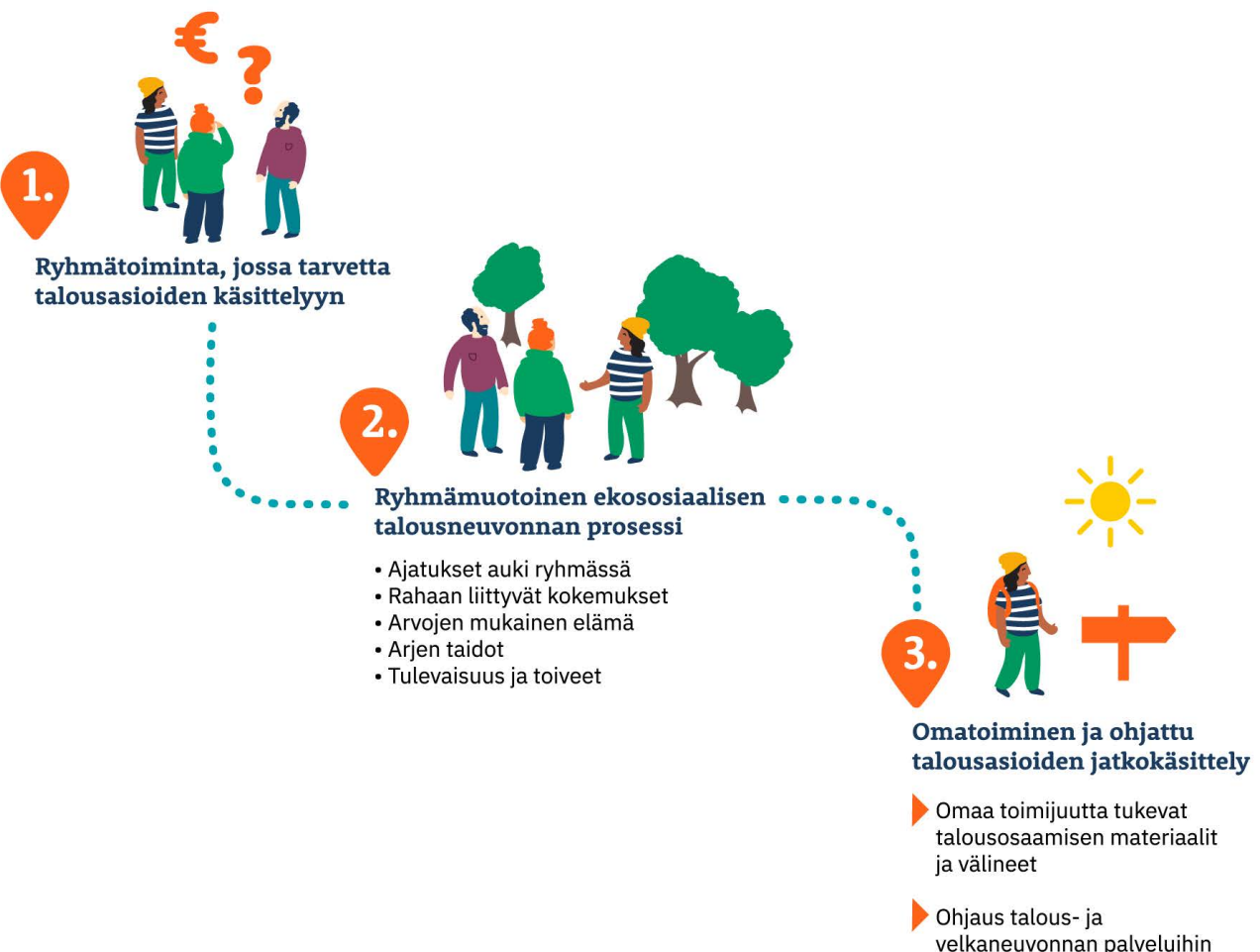
4. Seuranta ja jatkopolut

Kurssisarjan päätyttyä on hyvä kerätä osallistujilta välitön palaute, jossa kysytään esimerkiksi siitä, aikooko osallistuja hyödyntää oppimaansa omassa elämässään. Talusneuvonnalla voi olla tuloksia lyhyelläkin aikajänteellä, mutta vaikuttavuuden todentaminen vaatii pidemmän aikavälin tarkastelua. Jäljempänä on esitelty **mittareita**, joita käytimme talusneuvontakokeilujen tuloksellisuuden arvioinnissa.

Kun arvioimme toimintamallia, tarve seurantakerralle oli ilmeinen. Emme kuitenkaan ehtineet mallinnuksen julkaisuun mennessä kokeilla toimintatapaa, jossa seurantakerta olisi ollut mukana. Tämän neljännen kokoontumisen olisi hyvä tapahtua jonkin aikaa, esimerkiksi pari kuukautta varsinaisen kurssisarjan päättymisen jälkeen.

Neljännellä tapaamisella olisi mahdollista palata esimerkiksi tapaamiskerran kolme Tulevaisuuden muistelu -tehtävään ja päivittää tulevaisuuden toive. Onko toive pysynyt yhä samana? Onko sen toteuttamiseksi löydetty ensimmäisiä askeleita? Entä miten kurssilla yhdessä opitut asiat ovat näkyneet omassa arkielämässä kurssin päättymisen jälkeen?

Ryhmässä toteutettu yhteisöllinen ja refleктоiva talusneuvonta voi herättää osallistujan motivaation oman talous- ja velkatilanteen syvällisempään selvittelyyn. Tämän vuoksi on hyvä jatkopoluttaa osallistujia niiden palveluiden pariin, joiden tarve nousee esiin.



Lisämateriaalit

Välttämätön, tarpeellinen vai turha -peli

Tavoite:

Käsitlemme sitä, mikä omassa elämässä on tärkeää, mihin rahojen pitäisi riittää tai mistä kulutusta voisi karsia. Tunnistamme asiat, joista hiilijalanjälkemme koostuu, ja keräämme ajatuksia siitä, mitä kohtuullinen kuluttaminen tarkoittaa.

1. Mikä on sinulle välttämätöntä, tarpeellista ja turhaa?
Siirrelkää kortteja sopiville paikoille keskustellen. Pelissä ei ole oikeita vastauksia.
2. Kun olette saaneet kortit sopiville paikoille, pohtikaa seuraavia kysymyksiä.
 - Mistä on helpointa säästää, jos tekee tiukkaa?
 - Mitä voisit hankkia käytettynä?
 - Mikä laudalla ei ehkä maksa mitään?
 - Miten voisit tehdä pelilaudalla ympäristön kannalta kestäviä valintoja? Pohdi esimerkiksi seuraavia kulutuksen osa-alueita: asuminen, liikkuminen, ruoka ja muu kulutus.



Materiaali: Välttämätön, tarpeellinen vai turha -peli

Väittämäkortit

Väittämäkortteja voi käyttää keskustelun tukena tai toiminnallisen tehtävän pohjana. Tarkoituksena on käydä läpi kuluttajuutta ja siihen vaikuttavia tekijöitä yhteisen keskustelun kautta. Kortin käntöpuoli tarjoaa apukysymyksiä ohjaajalle väittämien käymiseen sekä faktatietoja väittämien tueksi. Keskustelun voi antaa kulkea myös osallistujien johdattamana. Toiminnallisuutta tehtävään saat lukemalla ääneen väittämän ja pyytämällä osallistujia liikkumaan esimerkiksi kiven tai puun luokse sen mukaan, ovatko he väittämästä samaa vai eri mieltä. Tämän jälkeen keskustellaan yhdessä siitä, millaisia ajatuksia väittäjä herättää.



Materiaali: Väittämäkortit



Erätaukokeskustelu

Erätauko on keskustelumenetelmä, jossa eri lähtökohdista tulevat osallistujat voivat keskustella vaikeistakin aiheista tasavertaisina. Menetelmä sopii hyvin keskusteluihin, joissa on mukana erilaisista taustoista ja lähtökohdista tulevia osallistujia. Perehdy materiaaleihin ja koulutukseen Erätauko-säätiön verkkosivuilla.

www.eratauko.fi



Kokoa keskusteluryhmä ja osallistu Kansallisiin dialogeihin, joita järjestetään eri teemoilla kaksi kertaa vuodessa. Osallistumalla lisäät osallistujien ymmärrystä teemana olevasta aiheesta ja tuot kohderyhmäsi ääntä esille yhteiskunnalliseen keskusteluun ja julkiseen hallintoon. <https://kansallisetdialogit.fi/>



Fiiliskäsi-harjoitus alku- ja loppureflektioksi

1. Sulje silmät, jos haluat. Hengitä muutama kerta rauhassa sisään ja ulos. Käännä ajatukset ympäripyörästä maailmasta itseesi.
2. Mieti, miltä kehossa tuntuu. Onko jännitystä, rentoutta, levottomuutta, kireyttä, väsyttääkö, onko tyytyväinen olo? Laita oikea käsi vatsan päälle. Arvioi asteikolla 1–5, millainen fiilis on. Jätä hetkeksi yhtä monta sormea mahan päälle. Laske oikea käsi.
3. Mieti, miltä mielessä tuntuu. Onko jännitystä, rentoutta, levottomuutta, kireyttä, väsyttääkö, onko tyytyväinen olo? Laita vasen käsi vatsan päälle. Arvioi asteikolla 1–5, millainen fiilis on. Jätä hetkeksi yhtä monta sormea mahan päälle. Laske vasen käsi.
4. Paina mieleen, miten arvioit fiiliksen tapaamisen alussa.
5. Harjoitus toistetaan tapaamisen lopussa. Mieti, onko tilanne muuttunut aiemmasta.

Harjoitus on muokattu [Metsämieli-harjoituksesta](#).



Tsekkilista luontolähtöiseen talousneuvontaan



Kartoita matalan kynnyksen mahdollisuudet lähiluonnossa. Käy paikan päällä tutustumassa ennen ryhmäkertaa.



Jutelkaa etukäteen osallistujien kanssa paikanvalinnasta. Lähiympäristössä voi olla paikkoja, joihin liittyy asiakkaiden muistoissa esimerkiksi päihteidenkäyttöä.



Tarkista säätiedotus, jotta tiedätte miten pukeutua.



Tarkista maastopalovaroitus, jos harkitsette tulistelua avotulella.



Tutustukaa yhdessä **jokaisenoikeuksiin**.



Ota huomioon osallistujien valmiudet lähteä

- Sopivat vaatteet ja kengät. Voiko esim. sadetakkaa lainata retken ajaksi?
- Liikuntaesteet ja tarve avustajalle. Onko kohde esteetön?
- Sopiva kävelyetäisyys. Mihin asti haluamme kävellä?
- Löytyykö periltä penkki, jolla voi istua?
- Julkinen liikenne tai muu kuljetus, jos lähdetään pidemmälle.



Varaa mukaan tarvittaessa istuinalustat, kyniä ja kirjoituslustoja. Rastitehtäviin tarvitset myös merkkejä, jotka voi tuoda mukanaan tai etsiä luonnosta paikan päällä.



Eväät maistuvat ulkona erityisen hyvältä. Kysy erityisruokavaliot ja ruoka-aineallergiat etukäteen. Katso **Marttojen retkieväsvinkit**.



Lajittele syntyvä jäte jo retkellä. Muista roskapussi! Edes biojätettä ei saa jättää lähiluontoon.



Virittäydy yhteisen tekemisen taajuudelle esimerkiksi Fiiliskäsi -tehtävällä. Ideoita retkitekemiseen taloustehtävien lisäksi löydät **Martan luontopolkumateriaaleista**.



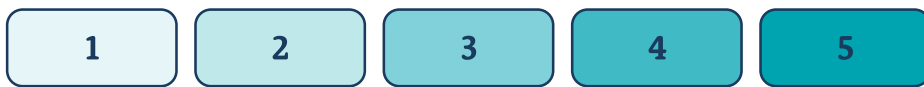
Tuo tarvittaessa luontoa sisätiloihin äänten, tuoksujen, makujen ja tunnelmien muodossa.



Mittarit

Ekososiaalisen talousneuvonnan toimintamalli perustuu käytännön kokemuksiin, joita saimme vuosina 2022–2023 toteutetuista ryhmämuotoisen talousneuvonnan kokeiluista: Yhteensä 11 kurssisarjaa, jotka sisälsivät 43 neuvontakertaa. Lisäksi pidimme 13 yksittäistä työpajaa. Osallistujia oli yhteensä 225. Neuvonnan tuloksellisuuden todentamisessa hyödynsimme alla olevia mittareita.

Palautekysely neuvontakokeiluun osallistujille (asteikko 1–5)



- Toiminta oli minulle hyödyllistä.
- Opin uusia asioita.
- Tilaisuus lisäsi kiinnostustani kestävämpien valintojen tekoon omassa arjessa.
- Sain uusia tietoja ja taitoja rahasta ja kuluttamisesta.
- Luottamus omaan osaamiseen vahvistui.
- Sain neuvoja, mistä voin kysyä apua raha-asioissa.
- Aion hyödyntää tilaisuudessa oppimaani omassa arjessani.

Laatumittarit:

- Tilaisuus ilahdutti ja virkisti minua.
- Koin, että toiminnassa kaikkia kohdeltiin reilusti.
- Sain ohjaajalta apua, kun tarvitsin sitä.
- Suosittelisin toimintaa muille.

Yllä olevia mittareita tarkentavat palautekyselyn laadulliset kysymykset (avovastaukset), jotka konkretisoivat mm. koettua hyötyä ja uusien asioiden oppimista.



Liitteet

Rahatarinarastit 14 kpl
Tulostettava verkostokarttapohja
Tulevaisuuden muistelu -kuvakortit 26 kpl
Väittämäkortit



Tehtävän tavoite:

Rahatarina-menetelmän avulla sukellamme menneisyyteen ja tuomme esiin niitä asioita, jotka ovat muokanneet meistä sellaisia rahankäyttäjiä kuin olemme. Menetelmän avulla huomaamme, millaisia rahaan liittyviä ajatusmalleja, tunteita ja taitoja meille on elämän varrella kertynyt ja mistä olemme niitä oppineet. Voimme myös tunnistaa yhteisöllisiä ja yhteiskunnallisia kokemuksia ja huomata, miten samoin ja eri tavoin ne ovat meihin vaikuttaneet. Rahatarinan työstäminen ryhmässä normalisoi rahasta puhumista ja tuo esiin rahaan liittyviä taitoja, joita meillä jo on.

Ohje:

1. Levitä rastit ympäri käytettävissä olevaa tilaa.
2. Osallistujat keräävät ympäristöstä rastien määrän verran asioita, joita voi käyttää rastimerkkeinä - käpyjä, kiviä, risuja, lehtiä tms. Merkkeinä voi käyttää myös jotain mukana tuotuja esineitä tai merkki voidaan tehdä kynällä.
3. Osallistujat kiertävät rastiradan ja jättävät omat puumerkkinsä niille rasteille, joista heillä on omakohtaista kokemusta.
4. Käydään lopuksi rastirata läpi yhdessä keskustellen.



? Kysymykset keskustelun tueksi

LAPSUUS JA NUORUUS



- Millaista mallia olet saanut lapsuudessasi rahankäyttöön?
- Mistä olet kiitollinen? Onko jotain, mitä olet päättänyt tehdä toisin?
- Kuka on vaikuttanut omaan tapasi käyttää rahaa?
- Käytätkö rahaa samalla tavalla kuin lapsuudenperheesi?
- Mitä rahaan liittyviä taitoja olet oppinut lapsuuden ja nuoruuden aikana? Mistä olet niitä oppinut?

RAHATAIDOT



- Mitä rahataitoja olet oppinut aikuisena? Keneltä tai mistä?
- Mitä rahataitoja olet opettanut muille?
- Mitä rahataitoja haluaisit vielä oppia? Missä ja miten niitä voisi oppia?

TULEVAISUUDEN SUUNNITTELU



- Mihin olet säästänyt?
- Mihin haluat nyt säästää?
- Mitä toivot omalta rahatilanteeltasi tulevaisuudessa?

LAINA JA VELKA



- Onko kaikki laina yhtä hyvää/huonoa?
- Milloin lainan ottaminen on paikallaan?
- Kenelle on turvallista lainata rahaa?

RAHAAN LIITTYVÄT TUNTEET



- Millaisia tunteita raha voi herättää?
- Missä kohtaa kehossa erilaiset tunteet tuntuvat?
- Miten mieltä ja kehoa voi rauhoittaa?

AJANKUVA JA YHTEISKUNNALLISET MUUTOKSET



- Millaiset yhteiskunnalliset asiat vaikuttavat yksilöiden raha-asioihin?
- Voiko niitä ennakoida?

LOPUKSI: Jaa tärkein oppimasi raha-asia!



- Jokainen jakaa yhden oivalluksen tai opin raha-asioista
- Rakentakaa samalla metsämandala: Kerätkää rasteille jätetyt luonnosta kerätyt merkit. Jokainen osallistuja vie niitä yhteiseen taideteokseen samalla, kun kertoo oman oppinsa. Mandala voidaan kuvata osallistujille muistoksi. Lue lisää metsämandalasta **Marttojen sivuilta**.



**Muistan, mitä ostin
ensimmäisillä omilla rahoillani.**



**Lapsuudenkodissani
puhuttiin rahasta.**



**Meillä kotona käytettiin
rahaa säästäväisesti.**



**Olen oppinut raha-asioita
kantapään kautta.**



**Haluaisin oppia uutta omien
raha-asioiden hoitamisesta.**



**Olen säästänyt tavoitetta
varten ja onnistunut siinä.**



**Jokin rahaan liittyvä
toiveeni on toteutunut.**



**Haluan käyttää rahani
ympäristöystävällisesti.**



Olen ottanut lainaa.



**Olen lainannut
rahaa muille.**



**Olen murehtinut
raha-asioita.**



**Pystyn vaikuttamaan
omiin raha-asioihini.**



**Hintojen ja korkojen nousu
on vaikuttanut selkeästi
minun raha-asioihini.**



**Jaa tärkein oppimasi
raha-asia!**



Tehtävän tavoite:

Verkostokartan avulla tunnistamme omasta toimintaympäristöstämme voimavaratekijöitä, kuten läheisiä, luontokohteita ja rakkaita harrastuksia. Huomaamme, miten raha liittyy voimavaroja antaviin ja niitä vieviin asioihin ja herättelemme ajatuksia raha-asoiden suunnitteluun. Kiinnitämme erityistä huomiota niihin ilmaisiin asioihin, joista elämässä saa voimavaroja.

1. Kirjoita keskimmäiseen ympyrään oma nimi.

2. Kirjoita muihin ympyröihin arkeen kuuluvia paikkoja, ihmisiä ja asioita.

- Kirjoita yhteen ympyrään henkilö, jota tapaat usein (tai jonka kanssa olet muuten paljon yhteydessä).
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin asia, mitä teet usein.
- Kirjoita yhteen ympyrään jokin paikka, jossa käyt usein.
- Jatka tällä tavalla ympyröiden täyttämistä. Voit piirtää lisäympyröitä.



3. Vedä ympyröiden ja oman nimen välille voimavarayhteyksiä yksi kerrallaan.

- Jos saat asiasta voimavaroja, piirrä nuolen pää osoittamaan sinua.
- Jos asia vie voimavaroja, piirrä nuoli osoittamaan sinusta pois päin.
- Jos asia samaan aikaan vie ja tuo voimavaroja, piirrä nuolet molempiin suuntiin.



4. Pohditaan seuraavaksi, miten näihin ihmisiin, asioihin ja paikkoihin liittyy raha.

- Jos voimavarasuhteeseen liittyy rahankäyttöä, lisää € -merkki.
- Löytyykö verkostokartalta ihminen, jonka kanssa on rahallisesti turvallista olla? Merkitse sydämellä tai muulla merkillä.



5. Käydään yhdessä läpi, millaisia asioita nousee esille. Näitä voidaan kerätä omista kartoista esimerkiksi post-it lapuilla yhteisten rastien alle.

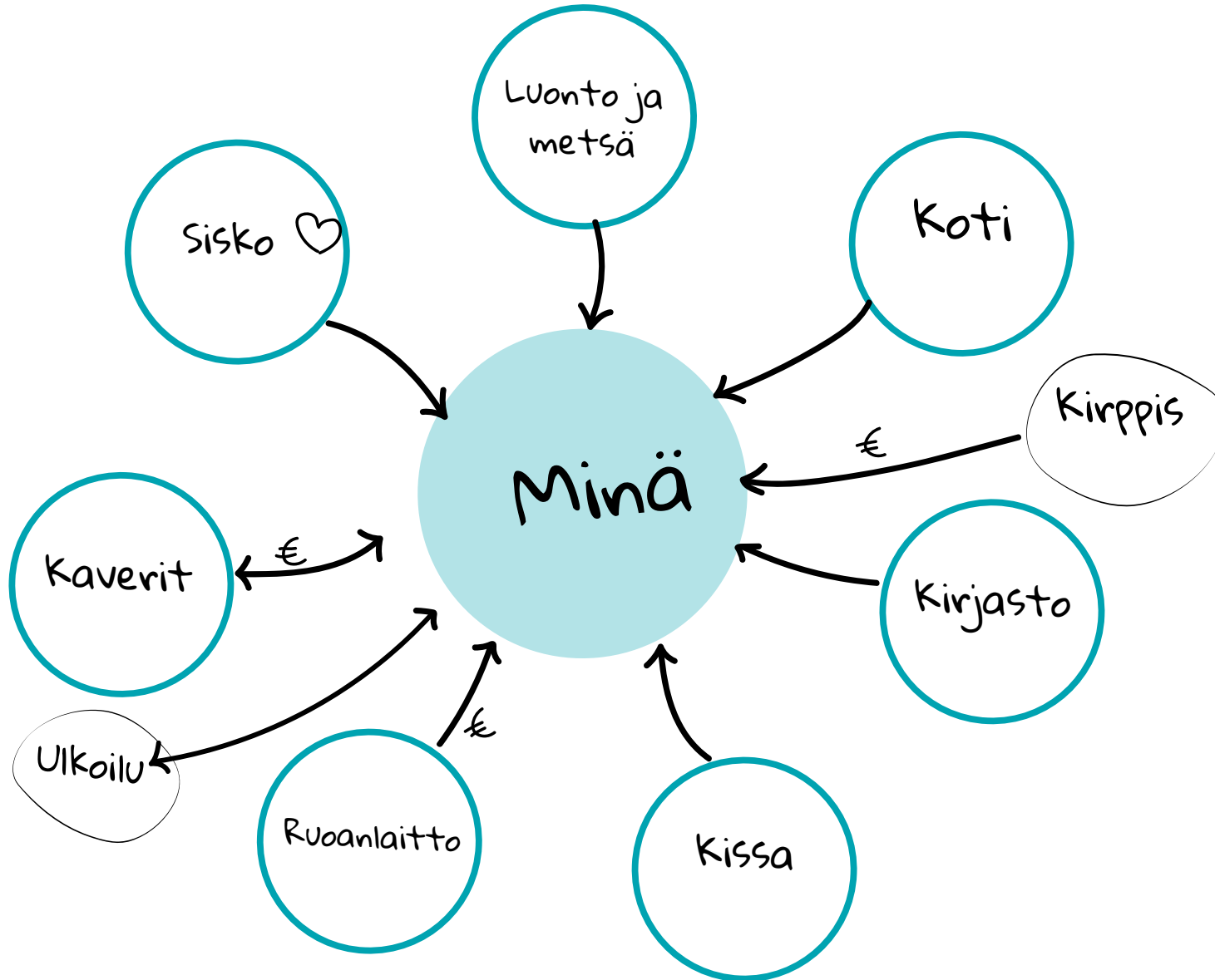
- Asioita ja ihmisiä, joista saa voimavaroja.
- Asioita ja ihmisiä, jotka vievät voimavaroja.



6. Keskustellaan vielä lisää rahasta:

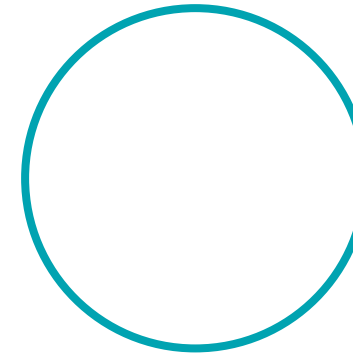
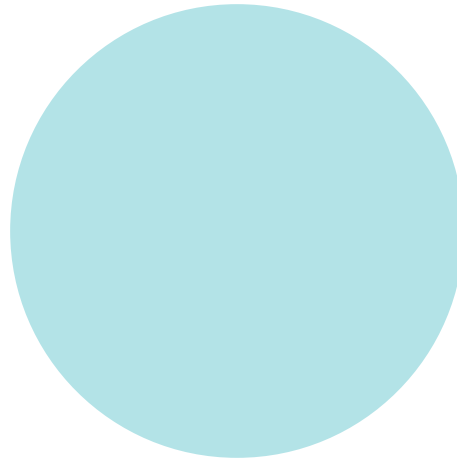
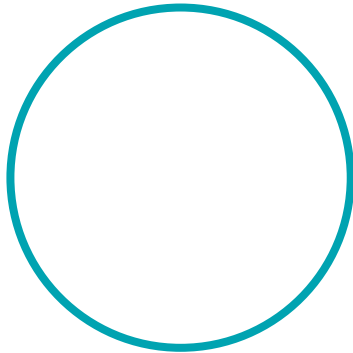
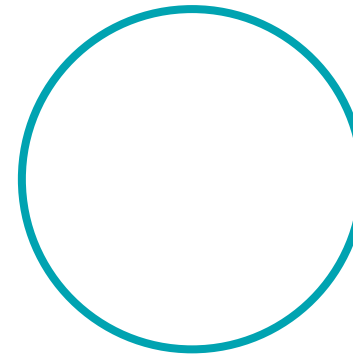
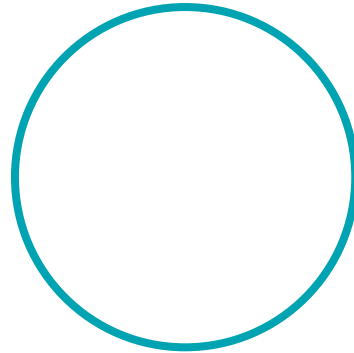
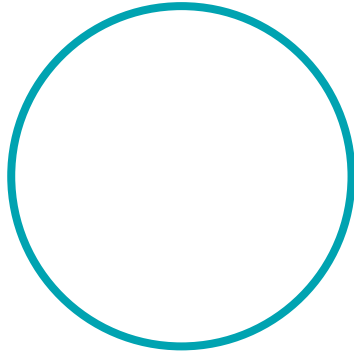
- Kuka tai mikä vie rahojasi?
- Mistä asioista saat voimavaroja, mutta eivät maksa mitään?
- Kenen kanssa tai missä voit tehdä asioita, joihin ei liity rahankäyttöä?
- Keneen ei voi raha-asioissa luottaa?
- Keneltä voit kysyä neuvoa raha-asioissa?
- Kuka voi auttaa raha-asioissa?

Esimerkki täytetystä verkostokartasta:





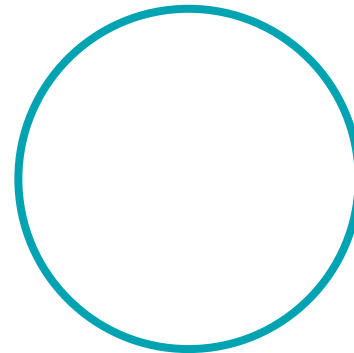
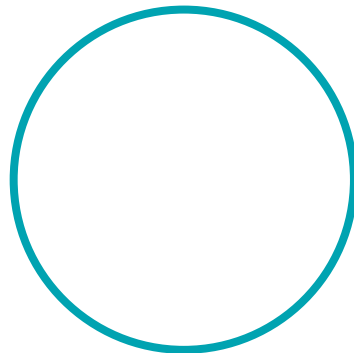
Henkilö, jota
tapaat usein



Paikka, jossa
käyt usein



Asia, jota
teet usein



3. Tulevaisuuden muistelu



Tehtävän tavoite:

Tulevaisuuden muistelun avulla tunnistamme tulevaisuuden toiveita. Tunnistamme myös toiveen tavoittelemisessa olevia askeleita, jotka liittyvät rahaan. Tavoitteena on vahvistaa luottamusta tulevaisuuteen ja motivaatiota itselle mieluisan tulevaisuuden tavoitteluun. Kun vahvistamme luottamusta tulevaisuuteen, lisäämme motivaatiota ja sitoutumista tehdä tässä päivässä tulevaisuuden kannalta hyviä valintoja.

1. Tulevaisuuden toive & kortit

1. Kortit esillä pöydällä/maassa.
2. Katsellaan kortteja ja pohditaan itsekseen, miten ne voisivat liittyä omaan tulevaisuuteen.
3. Pohditaan, mitä omalta tulevaisuudelta toivotaan.
4. Valitaan kortti, joka kuvastaa toivetta.
5. Käydään läpi toiveita tulevaisuudelle valittujen korttien avulla ja näytetään kortti muille.

Apukysymyksiä:



- Miksi valitsit juuri tämän kuvan?
- Mitä näet kuvassa?
- Mikä toive kuvaan liittyy?

2. Toiveesta muisteluun

Seuraavaksi siirrytään ajatuksissa tulevaisuuteen, kun toiveesi on toteutunut.



Keskustellaan, miltä toiveen toteutuminen tuntuu.

- Missä kohtaa kehossa toiveen toteutuminen tuntuu?



Seuraavaksi pohditaan sitä, miten raha on liittynyt toiveen toteutumiseen. Mitä rahatilanteessani on pitänyt tapahtua, jotta toive on voinut toteutua?

- Paljonko rahaa tarvitsin toiveen toteutumiseen?
- Mistä sain tämän selville?
- Mistä sain rahat?
- Pääsinkö opiskelemaan, sainko töitä?
- Tarvitsinko lainarahaa vai sainko säästettyä rahat?
- Pitikö minun muuttaa kulutustani?
- Tarvitsinko uusia tuloja?
- Pitikö minun tarkastella omia menoja?
- Mikä oli ensimmäinen askel, jonka otin toiveen toteutumista kohti?
- Millaisia esteitä matkalla toiveen toteutumiseen oli?
- Mitä muuta kuin rahaa tarvitsin tulevaisuuden toiveen toteutumiseen?
- Kuka minua auttoi?



Lopuksi voi vielä keskustella siitä, miltä tehtävän tekeminen ja tulevaisuuden pohtiminen tuntuivat.















Väittämäkortit kuluttamisesta

Tehtävän tavoite:

Väittämäkortteja voi käyttää keskustelun tukena tai toiminnallisen tehtävän pohjana. Tarkoituksena on käydä läpi kuluttajuutta ja siihen vaikuttavia tekijöitä yhteisen keskustelun kautta. Kortin kääntöpuoli tarjoaa apukysymyksiä ohjaajalle väittämien käymiseen sekä faktatietoja väittämien tueksi. Keskustelun voi antaa kulkea myös osallistujien johdattamana. Toiminnallisuutta tehtävään saat lukemalla ääneen väittämän ja pyytämällä osallistujia liikkumaan esimerkiksi kiven tai puun luokse sen mukaan, ovatko he väittämästä samaa vai eri mieltä. Tämän jälkeen keskustellaan yhdessä siitä, millaisia ajatuksia väittäminen herättää.



Ohje:

Väittämäkorttien tarkoituksena on toimia apuna kuluttajuudesta ja kestävydestä keskusteltaessa. Korttien taustapuolelta löytyy apukysymyksiä ja faktatietoa keskustelun tueksi.

Tehtävässä edetään kortti kerrallaan:

Väittäminen luetaan ääneen ja näytetään osallistujille, minkä jälkeen siitä keskustellaan yhteisesti.

Tehtävän voi tehdä myös toiminnallisesti:

1. Tilasta valitaan kaksi eri kohtaa, joista toinen kuvaa samaa mieltä olemista ja toinen eri mieltä olemista.
2. Väittämän lukemisen jälkeen osallistujat liikkuvat tilassa mielipiteensä mukaan.
3. Liikkumisen jälkeen väite käydään läpi keskustellen.

Kaikkia väittämäkortteja ei ole pakko käydä läpi, vaan tehtävää voi muokata sopivan pituiseksi.

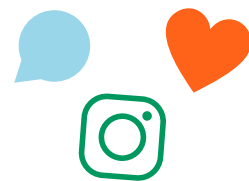
Väittämät voi käydä läpi palauteväittämien avulla keskustelutehtävänä tai toiminnallisesti.



**Muut ihmiset vaikuttavat
siihen, miten kulutamme.**



+Takuusäätö



**Sosiaalinen media vaikuttaa
siihen, miten kulutamme.**



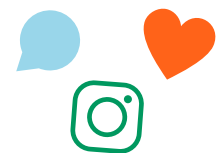
+Takuusäätö





Muut ihmiset vaikuttavat siihen, miten kulutamme.

- Vaikuttavatko esimerkiksi ystäväsi siihen, miten kulutat? Voitko itse vaikuttaa siihen, miten omat ystäväsi kuluttavat?
- Millaisia kuluttamistapoja olet oppinut kotoa? Ystäviltä?
- Tiesitkö, että muiden seura ostoksilla saa käyttämään rahaa enemmän kuin jos olisit yksin kaupassa? Tunnistatteko tämän, tulee ko kavereiden kanssa osteltua enemmän?



Sosiaalinen media vaikuttaa siihen, miten kulutamme.

- Oletteko huomanneet, että some vaikuttaa omaan kulutukseenne? Miten?
- Somevaikuttajien samankaltaisuus herättää luottamusta ja vaikuttaa siihen, että someseuraaja ajattelee markkinoidun tuotteen olevan myös hänelle sopiva. Tästä syystä somevaikuttajia käytetään paljon markkinoinnissa.
- Tutkimuksessa on osoitettu sosiaalisen median käytön olevan yleisesti yhteydessä korkeampaan materialismiin. On myös tutkittu, että somevaikuttajat voivat lisätä kuluttajien ostoinnokkuutta.

Vain rikkailla on
mahdollisuus kestäviin
kulutusvalintoihin.



+Takuusäätö



Ostaminen tekee
onnelliseksi.



+Takuusäätö





Vain rikkailla on mahdollisuus kestäviin kulutusvalintoihin.

- Mikä on teidän mielestänne kestävää kuluttamista?
- Varakkailla ihmisillä on laajemmat mahdollisuudet ostaa kestävästi tuotettua ruokaa, vaatteita ja tavaroita.
- Kallis hinta ei ole tae kestävydestä. Ennen kaikkea kestävää kuluttamista on ostaa vähemmän ja harvemmin.
- Kulutettu rahamäärä tuo mukanaan suuremman ympäristökuorman. Rikkaiden hiilijalanjälki onkin pienituloista huomattavasti isompi, koska kulutukseen käytetty rahamäärä suurempi.
- Jos ostamme asioita pääosin vain tarpeeseen, tukee se kestävää rahankäyttöä ja pitää hankintojemme hiilijalanjäljen kohtuullisena.



Ostaminen tekee onnelliseksi.

- Oletteko samaa mieltä? Miltä teistä itsestä tuntuu silloin, kun ostatte jotain?
- Ostaminen voi aikaansaada onnellisuuden tunteen, koska usein ostosta on edeltänyt pitkä harkinta tai hetkellinen tunnereaktio. Ostamisen tuoma hyvänolon tunne kuitenkin haihtuu nopeasti.
- Ostoksiin liittyvän onnellisuuden tunteen voi pyrkiä säilyttämään mahdollisimman pitkään kuluttamalla kestävästi elämyksiin ja yhdessäoloon tai lahjoittamalla rahaa hyväntekeväisyyteen.
- Tutkimusten mukaan pidemmän päälle ostaminen ja materialistiset eli kuluttamiseen ja ostamiseen perustuvat arvot heikentävät hyvinvointia.



Tunnetilalla on vaikutusta ostopäätöksiin.



+Takuusäätö



Suomalaisten kuluttamisella ei
ole maapallon kannalta väliä.



+Takuusäätö





Tunnetilalla on vaikutusta ostopäätöksiin.

- Oletteko itse huomanneet tunnetilan vaikutusta, kun olette ostaneet jotain? Esimerkiksi parantaneet huonoa fiilistä ostamalla tai menneet nälkäisenä ja väsyneenä ruokakauppaan?
- Mainonnalla pyritään vetoamaan tunteisiin. Mainoksissa voidaan esitellä kauniita ja trendikkäitä kiiltokuvia, jotka on mahdollista saavuttaa uusia tuotteita ostamalla. Mainokset lupaavat meille tyytyväisyyttä ja onnea.
- Epävarmuus tulevaisuudesta, taloudellinen osaamattomuuden tunne ja sosiaalinen vertailu tukevat materialistisuutta eli kuluttamiseen ja ostamiseen perustuvia arvoja. Kun tunnemme olomme epävarmaksi tai stressaantuneeksi, haemme helppoa ratkaisua olotilaamme kuluttamisesta.



Suomalaisten kuluttamisella ei ole maapallon kannalta väliä.

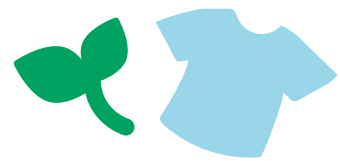
- Oletko törmännyt tällaiseen ajatteluun? Mitä ajattelet siitä?
- Suomalaisen keskimääräinen hiilijalanjälki oli vuonna 2023 noin 9 610 hiilidioksidiekvivalenttia. Sen tulisi olla noin 2 500 vuonna 2030, jotta suomalaisten kulutus olisi globaalisti kestävällä tasolla.
- Suomalaisten ylikulutuspäivä on ollut viime vuosina maaliskuu-huhtikuussa. Jos kaikki kuluttaisivat samoin, tarvittaisiin yli kolme ja puoli maapalloa.
- Yhteisellä maapallolla ongelmat ovat yhteisiä, vaikka valtiot ovat eri kokoisia. Suomi pystyy vaikuttamaan kokoaan laajemmin osana Euroopan unionia.
- Hiilijalanjäljen summa muodostuu useista tekijöistä, jotka eivät rajoitu valtioiden rajojen sisäpuolelle. Suomalaisten kulutus kasvattaa myös esimerkiksi Kiinan hiilijalanjälkeä, koska Kiina valmistaa paljon tuotteita maailmanmarkkinoille ja ne lasketaan osaksi Kiinan hiilijalanjälkeä.



**On helpompaa ostaa uutta
kuin korjata vanhaa.**



+Takuusäätö



**On kuluttajan vastuulla
selvittää, onko tuote
kestävästi valmistettu.**



+Takuusäätö





On helpompaa ostaa uutta kuin korjata vanhaa.

- Mitkä ovat omat kokemuksesi?
- Mitä lähipiirisi on mieltä korjattujen vaatteiden ja tavaroiden käyttämisestä?
- Lähes aina on kestävämpää ja edullisempää käyttää vanha loppuun ja mahdollisesti korjauttaa se, kuin ostaa uutta.
- Korjaaminen on yleistynyt, esimerkiksi suutarin asiakkaiden määrä on lisääntynyt ja erityisesti nuoret käyttävät kenkiään suutarilla korjattavana yhä useammin.
- EU on kiristämässä laitteiden osalta korjattavuutta niin, että varaosia tulee olla saatavilla ja ohjelmistopäivityksiä laitteisiin tulee olla aiempaa pidempään tarjolla.



On kuluttajan vastuulla selvittää, onko tuote kestävästi valmistettu.

- Vaikuttavatko erilaiset ympäristömerkinnät omiin ostopäätöksiisi?
- Mitä mieltä olet, onko kestävästi valmistettuja tuotteita olemassa?
- Oletko kuullut viherpesusta ja tiedätkö, mitä se tarkoittaa?
- Viherpesuun liittyy epämääräisyys ja yleiset toteamukset ympäristöhyödyistä. Tällaisia väittämiä ovat esimerkiksi ympäristöystävällinen, ekologinen, vihreä, biohajoava, päästötön, hiilineutraali, ilmastoneutraali tai vielä laajemmat tiedostava ja vastuullinen.
- On tutkittu, että kuluttajista on vaikea arvioida tuotteen tai palvelun kestävyyttä yritysten kertomien ympäristöväitteiden perusteella. Kuluttajat eivät luota yritysten itse kehittämiin ympäristömerkkeihin.
- EU on puuttumassa viherpesuun: valheellisista ympäristöväittämistä tulisi rangaistavia. Viherpesudirektiivi hyväksyttiin parlamentissa helmikuussa 2024 ja tulee kansallisesti voimaan eri EU-maissa kahden vuoden sisällä.