Jokaisella ihmisellä on sisäänrakennettuna tarpeena pyrkimys onnellisuuteen. Eri ihmisille sana "onnellisuus" voi merkitä eri asioita. Toiset tavoittelevat terveyttä ja pitkää elämää, toiset haluavat löytää elämänsä rakkauden, jotkut taas haluavat vapaan ja riippumattoman elämän, joillekkin ura on tärkein. Tavoitteita on vähintäänkin yhtä paljon kuin ihmisiäkin. Yhteistä kaikkien käsityksille onnesta ja onnellisuudesta on kuitenkin tietyn henkilökohtaisen päämäärän saavuttaminen sekä sen tuottama hyvä olo. Poikkeuksina voidaan pitää esim. masokisteja tai itsetuhoisia ihmisiä, mutta loppujen lopuksi hekin tavoittelevat jotain, jonka uskovat parantavan heidän sen hetkistä olotilaansa. Asia on sama kuin sanonnassa "makuasioista ei voi kiistellä". Nykyään, etenkin länsimaissa on yleistynyt elämäntyyli, joka on täynnä töitä, harrastuksia yms. ja siten pelkkä vapaa-aika alkaa olla jo melko harvinaista. Tästä johtuen myös stressi alkaa olla yhä yleisempi osa ihmisten elämää ja siitä irtautuminen voi olla hyvinkin vaikeaa. Monet ihmiset kärsivät myös masennuksesta tai ahdistuksesta ja yrittävät turvautua lääkkeisiin, joita saa melko helpostikin psykiatrin tai lääkärin annettua reseptin. Lääkkeet harvemmin kuitenkaan täysin ratkaisevat tilannetta lopullisesti. Ne vain lievittävät oireita ja saattavat saada ihmisen tuntemaan hetkellistä helpotusta. Sama pätee myös alkoholin ja huumeiden käyttöön, joka myöskin on selvästi lisääntynyt viime aikoina. Tärkein asia kuitenkin puuttuu: Ihmisen on itse ymmärrettävä mistä tämä paha olo johtuu ja tiedettävä miten voi itse muuttaa tilannetta saavuttaakseen tasapainon eri olemuspuolien välille. Entä miksi tämä sitten on niin vaikeaa? Eivätkö kaikki ihmiset vain voisi muuttaa asioita heti huomatessaan niiden olevan jotain muuta kuin niiden kuuluisi olla? Tai mikseivät he vain voisi kuunnella sanontaa "Asenne ratkaisee aina" ja sitten kaikki olisi taas hyvin? Vastaus kuuluu ei. Hyvin harvoille ihmisille se on niin helppoa. Jokainen ihminen on yksilö, joka perjaattessa pystyy täysin yksin määräämään elämänsä kulun, mutta valitettavasti sekään ei ole niin helppoa. Yhteiskunta on nykyään täynnä normeja, jotka määrittelevät miten ihmisten pitäisi toimia ja miten ei. Ympäristö vaikuttaa monesti jopa enemmän kuin yksilön oma tahto. Tietenkin tämä kaikki riippuu ihmisestä, eikä tätä, kuten ei mitään muutakaan asiaa voi yleistää. Yksilön päätöksiin ja tapaan ajatella vaikuttavat oman persoonallisuuden lisäksi mm. sosiaalinen verkosto (esim. perhe, kaverit, sukulaiset, opettajat, työnantaja, sosiaalinen media...). Ympäröivien ihmisten asettamat oletukset ja vaatimukset saattavat olla hyvinkin raskas taakka kantaa. On vaikea ajatella mikä tekee itsensä onnelliseksi jos huomaa sen mahdollisuudet tuottaa pettymystä tai muita kielteisiä tunteita kanssaihmisille. Olemme juuttuneet oravanpyörään, jota ei saa pysähtymään muutoin kuin hyväksymällä sen tosiasian että jokaisen ihmisen on itse tehtävä itsensä onnelliseksi. Sitä ei voi odottaa sen enempää muilta ihmisiltä kuin materialtakaan. Monien lasten ja nuorten tavallinen arkipäivä on kiireinen. He heräävät aamulla aikaisin ja rientävät kouluun. Kun koulu iltapäivällä loppuu, heillä on kenties hieman aikaa ennen harrastuksiin lähtöä. On jo ilta kun pääsee kotiin ja sitten odottaakin jo kotiläksyt ja nukkumaanmeno. Päivä seuraa toistaan, kuten myös viikot, kuukaudet ja vuodet. Pian ollaankin jo töissä ja odotellaan eläkettä. On paljon ihmisiä, joille tällainen elämäntyyli sopii, mutta myös paljon ihmisiä joille ei. Tämä sopivuus riippuu tietenkin suurimmaksi osaksi tekemisen mielekkyydestä ja motivaatiosta. Esim. lapsi, jolla on paljon harrastuksia joista kaikista hän pitää, ei todennäköisesti tule ajatelleeksikaan mahdollista stressiä tai vapaa-ajan puutetta. Hän saattaa jopa vapaa-ajallaan olla turhaantunut kun ei pääse harrastustensa pariin (etenkin jos kyseessä on harrastus, jota ei vapaa-ajalla voi konkreettisesti harjoitella kotona, esim. jääkiekko, laskettelu tai vaikkapa urkujen soitto). Monet harrastukset vaativat kuitenkin myös paljon kotona harjoittelua ja omistautumista sekä vapaa-ajan uhrausta tässä harrastuksessa edistymisen hyväksi (kuten soitto-harrastukset). Siitä ei monestikkaan ole haittaa niin kauan kun lapsi pitää siitä ja tekee sitä vapaaehtoisesti.

Kuitenkin, jos tekemisen mielekkyys ja motivaatio hiipuu voi se tuntua aivan hirveältä. Asia, josta ei pidä ja joka tuntuu pilaavan koko elämän vie vieläpä kaiken ajan ja energian. Onko siinä järkeä? Ei. Lähes kaikilla ihmisillä loppuu joskus motivaatio. Tätä käy usein ja se on monesti vain väliaikaista. Kuitenkin tämä kyseinen väliaikaisuus on opittava tunnistamaan lopullisuudesta. Monet vanhemmat ajattelevat sen aina olevan vain väliaikaista, etenkin jos kyseessä on murrosikäinen lapsi, joita harvemmin otetaan tosissaan. Nyt on kyse siitä, etteivät vanhemmat luota lapsen kykyyn tehdä järkeviä ja kestäviä päätöksiä. He pelkäävät lapsen katuvan myöhemmin elämässään, jolloin saattaa olla jo liian myöhäistä jatkaa. Osa vanhemmista taas saattaa ajatella, että lapsi näin oppii sinnikkyyttä ja pitkäjänteisyyttä tekemisissään ja töissään. Kuitenkin asia, jota kaikkien tulisi hieman miettiä: Kumpi on tärkeämpää: oppia tätä pitkäjänteisyyttä ja periksiantamattomuutta vai oppia päästämään irti vanhoista asioista tehden tilaa uusille. Ei ole oikeaa eikä väärää vastausta. Se riippuu ihmisestä. Toisaalta jos lapsi joutuu kovasti taistelemaan siitä, että saa lopettaa harrastuksen, eikä onnistuminen ole varmaa, opettaa myös mitä parhaiten sinnikkyyttä ja kehittää tahdonvoimaa. Lisäksi elämä on täynnä tilanteita, joissa täytyy vain osata päästää irti vanhasta ja unohtaa. Jos jokin asia ei enää tee onnelliseksi vaan se vain roikkuu perässä vanhana ja arvonsa menettäneenä vieden energiaa, on siitä päästettävä irti. Tämä irtipäästäminen voi olla vaikeaa, etenkin jos kyseinen asia on ollut kuvioissa pitkään. Tärkeää kuitenkin on, että jokaisen ihmisen on annettava päättää tästä itse. Vaikka ihminen myöhemmin katuisi, tulee hänellä olemaan edessään vielä monen monia mahdollisuuksia ja jokainen päätös, uuden aloitus ja irti päästäminen on mahdollisuus uudenlaiseen kehitykseen ja oppimiseen. Menneet asiat eivät jää turhiksi tai heity hukkaan vaikka niistä päästäisikin irti, sillä nehän ovat osa menneisyyttä ja jos niin ei olisi, olisi nykyhetkikin aivan erilainen (sama asia kuin "perhosilmiö"). Miksi monille vanhemmille on niin vaikeaa hyväksyä lapsen päätöstä harrastuksen lopettamisesta? Taas kerran painotan sitä, että ratkaisuja tähän kysymykseen on varmasti yhtä paljon kuin ihmisiäkin. Täten myös kirjoittamani asiat jäävät vain arvailun varaan ja antavat vain tiettyjä esimerkkejä (ehkä niitä kaikista yleisimpiä) pohdittavaksi. Mitä sitten ovat nämä "kaikista yleisimmät" syyt. Uskon, tai ainakin haluan uskoa, että vanhemmat tarkoittavat lastensa parasta. He eivät kuitenkaan monesti ymmärrä, mikä todella on lapsen parhaaksi. Vastenmielisen harrastuksen vankina riutuminen saattaa jopa aiheuttaa lopullista inhoa tätä kohtaan, jopa traumoja jotka saattavat aiheuttaa ongelmatilanteita myöhemmin elämässä. Mielestäni lapsen kannalta edullisempaa olisi antaa tämän lopettaa silläkin uhalla että tulisi myöhemmin katumaan päätöstään. Tämä myös opettaa lapsen kantamaan vastuuta valinnoistaan ja arvioimaan niiden mahdollista loppullisuutta ja kestävyyttä. Tilanne voi olla haastava kaikille osapuolille. Mahdollisen myöhemmän katumisen pelon lisäksi vanhemmat saattavat myös esimerkiksi olla huolissaan mitä tapahtuu harrastuksen loputtua. Väistämättä siitä syntyy paljon vapaa-aikaa ja se, kuinka lapsi tulee tämän uuden vapaa-ajan käyttämään voi huolestuttaa. Mahdollisuudet riippuvat lapsesta. Kenties lapsella on taipumus viettää paljon aikaa tietokoneella, joka saa vanhemmissa heräämään pelon siitä että harrastuksen loputtua lapsi tulisi viettämään kaiken aikansa tietokoneen parissa. Kenties lapsella on "epäilyttäviä" kavereita ja vanhemmat pelkäävät lapsen siten joutuvan huonoille teille tai syrjäytyvän. Ehkäpä lapsella on taipumusta masennukseen ja vanhemmat ajattelevat harrastusten tuovan muuta ajateltavaa ja siten myös hieman estävän sitä. Syitä on monia. Mutta eivätkö nämä tavat ajatella olekkin kovin kielteisiä. Vanhemmilla on jo valmiiksi pessimistinen tapa ajatella ja siten he myös helposti näkevät ja kokevat asiat tässä valossa. Mielestäni tällaisessa tilanteessa vanhempien olisi opeteltava ajattelemaan uudella, myönteisemmällä tavalla, joka antaisi mahdollisuudet itse

kullekkin, kehittää itseään henkilökohtaisesti. Eivätkö vanhemmat katumisen ja syrjäytymisen pelon sijasta voisi ajatella, että tämä vapaa-aika toisi lapselle lisää mahdollisuuksia opetella ja oppia uusia, mielekkäämpiä asioita ja tuovan mahdollisuuden uuteen, onnellisempaan elämään. Jos ajatus on mahdoton, eivätkä vanhemmat halua ajatella näin, niin mahdollisuuksia silti riittää. Näistä mahdollisuuksista todennäköisesti huonoin on kuitenkin lapsen pakottaminen tekemään asioita, joista tämä ei pidä. Kaikilla; iästä, sukupuolesta, rodusta tai asemasta riippumatta on oikeus onnellisuuteen! Nyt saattaa kuitenkin putkahtaa mieleen kysymys: Mitä nämä muut, paremmat mahdollisuudet sitten ovat? Ehdotan miettimään erästä hyvin varteenotettavaa mahdollisuutta. Olisiko mahdollista, että antaisi lapsen lopettaa tämän vanhan ja hyödyttömäksi jääneen harrastuksen ja aloittavan sen sijaan jonkin uuden ja hauskemman. Ikään kuin vaihtaisi harrastusta. Nyt on taas kuitenkin painotettava sitä asiaa, että lapselle on annettava aikaa miettiä, mikä tämä uusi harrastus voisi mahdollisesti olla, eikä häntä voi nytkään pakottaa johonkin harrastukseen esim. sen varjolla, että koska lapsi sai jo päättää lopettavansa yhden harrastuksen, niin on vanhempien vuoro päättää uusi. Jos lapsi ei keksi mitään, on silti parempi antaa hänen lopettaa. Ehkä hän ajan myötä kiinnostuu uusista asioista, kunhan vanhat eivät enää ole viemässä kaikkia ajatuksia ja energiaa. Ja todennäköisesti lapsella jo onkin monia asioita, jotka kiinnostavat ja joita hän haluaisi oppia. Eihän kaiken tarvitse tapahtua opettajan valvonnassa ja opetuksessa. Lapselle olisi annettava mahdollisuus myös itsenäiseen ja omatoimiseen oppimiseen. Lisäksi tämä itsenäinen oppiminen vie monesti vielä enemmän aikaa (kunhan innostusta vain riittää) kuin ohjattu. Tällöin oppiminen vain on rennompaa ja joustavampaa ja antaa mahdollisuuden myös lepoon ilman pelkoa siitä että jää opetuksessa jälkeen. Mikä tahansa tämä uusi harrastus tai mielenkiinnon kohde -tai kenties vanha sellainen, jolle nyt vain on enemmän aikaa- onkin olisi lapselle annettava mahdollisuus sen toteuttamiseen. Tällaiset oikeasti kiinnostavat ja mielekkäät asiat tuovat paljon energiaa ja iloa ja auttavat lasta jaksamaan myös koulussa, sekä yleisesti kaikilla elämän tasoilla. Se jos mikä, takaa hyvän ja menestyksekkään tulevaisuuden! Tässä vaiheessa haluan myös muistuttaa, että ihmisiä on erilaisia. Osa saattaa kertoa haluavansa lopettaa harrastuksen heti kun into hiemankin hiipuu; toiset taas sanovat sen vasta kun on aivan pakko, eivätkä he kestä enää elämistä sen kanssa; jotkut eivät sano koskaan ja hakevat helpotusta kyseenalaisin keinoin; jotkut eivät jaksa edes huolehtia niin pienistä asioista jne. Harvemmin yksikään lapsi kuitenkaan sanoo haluavansa lopettaa, ellei sitä todella tahdo, sillä mitä järkeä olisi sanoa haluavansa lopettaa harrastusta, jota todella rakastaa? Ihmisillä on erilaisia tapoja hoitaa asioita, mutta niiden ei saisi vaikuttaa siihen, kuinka tosissaan lapsi otetaan ja kuunnellaanko häntä. Jos lasta ei kuunnella ja hänen ehdotuksensa ja päätöksensä tyrmätään heti, saattaa se johtaa siihen, että lapsen on tulevaisuudessa erittäin vaikea ilmaista mielipiteitään ja ajatuksiaan. Hän pelkää jo valmiiksi tulevansa tyrmätyksi ja poissuljetuksi ajatuksineen. Hänen saattaa siten olla jopa erittäin vaikeaa tutustua uusiin ihmisiin tai olla kontaktissa muihin, koska olettaa kaikkien ajattelevan hänen olevan turha tai häiritsevä tekijä heidän elämässään. Tällaisella ajattelutavalla saattaa olla erittäin huonoja ja vakavia seurauksia ja ne vahingoittavat tervettä yksilöllistä kehitystä. Olisi siis aina tärkeää muistaa, että vaikka olisikin eri mieltä lapsen kanssa niin häntä täytyy kuitenkin aina kuunnella ja osoittaa arvostavansa tämän ajatuksia ja mielipiteitä. Olen nyt tulossa pienen kirjoitukseni loppuun ja pahoittelen, jos unohdin täältä jotakin tärkeää tai en valottanut joitakin asioita tarpeeksi. Mutta tässäkin asiassa voimme halutessamme nähdä ihmisten erilaiset ajattelutavat. Toiset painottavat toisia asioita ja toiset toisia. Mikään ei ole oikeaa tai väärää tai tärkeämpää kuin jokin toinen asia. Lähteitä ei lopusta löydy koska en käyttänyt lähteenäni kuin omaa kokemusta ja ajatuksia. Jokatapauksessa

loppuun haluaisin vielä muistuttaa miksi kirjoitin tämän ja mikä sai minut ajattelemaan näitä asioita. Se, että mielestäni kaikilla, ilman yhtäkään poikkeusta, on oikeus päättää ja vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. Kaikilla on oikeus onnellisuuteen ja vapaaseen tahtoon osana jokapäiväistä elämäänsä, läpi viikkojen, kuukausien, vuosien ja läpi koko elämän ja niin kauan kuin ikinä on mahdollista! Kiitos.