

Ohjaajan roolit

Tatu Iivanainen

4.1.2015

Sisältö

1. Johdanto	s. 1
2. Miksi roolilla on väliä?	s. 5
3. Vetäjä	s. 6
4. Ohjaaja	s. 7
5. Opettaja	s. 8
6. Valmentaja	s. 10
7. Kouluttaja	s. 10
8. Ohjattavan roolista	s. 11
9. Lopuksi	s. 12
10. Viitteet	s. 13

1. Johdanto

Kun menemme harjoituksiin ryhmän eteen, sanomme menevämmen vetämään treenejä. Mitä tämä oikeastaan tarkoittaa? Laitammeko vain harjoituksissa olijat tekemään jotain valmista ohjelmaa välittämättä sen kummemmin siitä, mitä he harjoituksesta saavat? Vai yritämmekö saada heidät oppimaan jotakin uutta, jotakin, mitä he voisivat joskus vielä eteenpäin tuleville harjoittelijoille?

Entäpä, jos sanoisimme menevämmen salille opettamaan keltaisia vöitä tai valmentamaan ottelukilpailijoita? Vaikka nämä ovatkin todennäköisiä salille lähtemisen tarkoituksia, niiden sanomissa tässä muodossa tuntuu hieman kankealta. On yksinkertaisempaa sanoa menevänsä vetämään treenejä. Kyllähän kaikki ymmärtävät, mistä on kyse. Vai ymmärtävätkö? Kuulijoiden ymmärtämys on toissijaista, jos itse tietää, miksi on menossa treenejä vetämään. Sanat ovat vain ilmaisun muoto, jolla voidaan tarkoittaa jotakin tai olla tarkoittamatta sen kummempaa.

Jokaisella urheilu- ja kamppailulajilla on oma termistönsä sille, miksi ryhmän edessä (tai kentän laidalla) olevaa, johdossa olevaa henkilöä kutsutaan. Puhtaasti urheiluun keskittyvissä lajeissa valmentaja on luonnollinen valinta. Lajeissa, joissa tavoite ei ole niin yksiselitteinen kuin tulevien kilpailujen voittaminen, nimitys ei olekaan niin yksiselitteinen – ainakaan lajeja pidempään harjoittaneille. Taekwondoakin voi ajatella ja opettaa monesta eri näkökulmasta, esimerkiksi, kamppailullisesta, urheilullisesta, näiden yhdistelmästä tai avoimemmasta näkökulmasta¹. Juuri taekwondon aloittaneelle lapselle ryhmän edessä oleva musta vyö on helposti ope, hänen kavereilleen valmentaja. Aasialaisissa kamppailulajeissa nimitys tulee tyypillisesti historiasta ja lajin käytännöistä: *sensei*, *soke*, *shifu*, mestari, opettaja. Nimitys kuvastaa ryhmän edessä olevan arvoa jollakin määritetyllä asteikolla.

Taekwondossa(kaan) tämä asteikko ei ole yksiselitteinen. Siinä missä Suomessa monessa seurassa määritellään 1.-3. dan oppilaaksi nimityksellä *kyosanim*, 4.-6. dan opettajaksi nimityksellä *sabumnim* ja 7.-9. dan mestariksi nimityksellä *kwanjangnim*, maailmalla on käytössä muitakin nimityksiä. Edes Suomessa näitä nimityksiä ei aina käytetä. Osa katsoo *kyosanimin* tarkoittavan (perus)koulun oppilasta, joten sen käyttö mustavöisestä aikuisesta ei ole sopivaa. Taekwondon alkuaikojen *kwaneissa* (jotka ovat toki edelleen olemassa) eli koulukunnissa *kwan jang* tarkoitti koulun pääopettajaa (eli mestaria), *sabum* koulun muuta opettajaa tai ohjaajaa². Lisäksi käytössä saattoi olla muita nimityksiä, kuten *sang im sabum* eli pysyväisopettaja ja *kwanwon* eli koulun oppilas², jotka eivät ole löytäneet tietään suomalaiseseen taekwondokulttuuriin. Maailmalla

tyypillisesti käytetään 4. danin tai korkeamman vyöarvon saavuttaneista englanninkielistä nimitystä *master* (suom. mestari), korkeammista vyöarvoista nimitystä *grand master* (suom. suurmestari). *Grand master* -termi on siitä häilyvä, että vaikka se useimmiten tunnutaan liitettävän 8. tai 9. danin vyöarvon haltijoihin, niin paikoin jopa 6. daneja saatetaan nimittää tällä tittelillä³. Suomessa ollaan niin totuttu täällä käytössä olleisiin termeihin, että alle 7. daniin viittaaminen termillä *master* tai *kwan jang* särähtää pahasti korvaan, vaikka monessa maassa tai tilanteessa tällainen nimitys olisi juuri se oikea.

Nimitystä tärkeämpi on kuitenkin funktio, aivan kuten armeijassakin. Se, että jonkun sotilasarvo on kapteeni, kertoo henkilöstä jotakin, mutta hänen roolinsa sodan- ja rauhanajan organisaatioissa voi vaihdella hyvinkin paljon. Samoin on taekwondossakin. Jossakin seurassa 1. dan voi olla seuran pääopettaja, joka on ollut jo vuosia vastuussa koko seurasta. Toisessa seurassa 4. dan voi olla vasta seuran kahdeksanneksi korkein vyöarvo, jonka vastuulla on vain yksi seuran useista vyöarvoryhmistä. Opettajan roolia voidaankin käsittää hyvin eri tavoin kulttuurista riippuen⁴.

Joskus olen kuullut määriteltävän niin, että *sabumnim* opettaa, *kyosanim* ohjaa ja *yagupja* (värivöinen lajin harrastaja) vetää treenejä. Tällainen määrittely kertoo selvästi arvoasteikosta, mutta rajoittuu vain ja ainoastaan siihen. Seuran rakenteesta toimintatavoista riippuen se voi myös kertoa kaiken oleellisen, mutta harvoin asia on näin mustavalkoinen. Tarkoittaako tällainen määrittely sitä, ettei *yagupja* osaa opettaa alemmille vöille uusia asioita? Tai ettei hänen anneta? Tai että *sabumnim* on aina salilla iskostamassa jotakin uutua oppilaiden päähän eikä esimerkiksi valmentamassa näitä kilpailuun teetättämällä kuntopiiriä?

Ajatellaan punavöistä taekwondon harrastajaa, joka saa tehtäväkseen suunnitella, toteuttaa ja valmistaa keltaisen vyön kokeeseen alkeiskurssin. Asiat, joita hän alkeiskurssilaisille opettaa, ovat heille uusia. Ei alkeiskurssin pitäjä voi siis vain tulla salille, käskeä suorittamaan ensin *juchuum seogin*, sitten *montong jirugeja* komentojen mukaan – ei ainakaan muutamalla ensimmäisellä kerralla. Ensin alkeiskurssilaisille pitää opettaa, mitä nämä kaksi tekniikkaa ovat ja miten salilla kuuluu toimia. Alkeiskurssin pitäjän vastuu ei rajoitu vain siihen, että tulee salille hoitamaan hommansa, hänen on täytynyt myös valmistautua siihen suunnitteleamalla harjoitusten sisältö ja koko alkeiskurssin rakenne. Kurssin päättävän vyökokeen koittaessa hänellä on vastuu siitä, mitä alkeiskurssilaiset osaavat. Vyökokeen pitäjät arvioivat kokeessa paitsi alkeiskurssilaisten, myös heidän alkeiskurssinsa pitäjän suoritusta. Alkeiskurssilaisille arvio onnistumisesta on välitön: saavatko he keltaiset vyönsä vai eivät. Alkeiskurssin pitäjälle arvio onnistumisesta on

kauaskantoisempi: saako hän jatkossakin pitää alkeiskursseja itsenäisesti tai pääseekö ehkä seuraavaan vyökokeeseensa, jonka vaatimuksena alkeiskurssin pitäminen oli. Kaiken tämän jälkeen voidaan päätellä punavöisen harrastajan olleen alkeiskurssilla opettajan roolissa, vaikka olikin ”vain” *yagupja*.

Tällä samalla alkeiskurssilla tuleekin eräällä viikolla tilanne, jolloin kurssista vastuussa oleva punavöinen ei pääsekään paikalle, oli syynä vaikkapa flunssa. Ryhmän edessä onkin sinivöinen harrastaja, joka on saanut punavöiseltä tarkat kirjalliset ohjeet siitä, mitä harjoituksissa tulee tapahtua. Sinivöinen teettää alkeiskurssilaisilla tekniikoita ohjeiden mukaan eikä pahemmin välitä siitä, miten ne menevät. Kunhan saa velvollisuutensa (ja seuran velvollisuuden alkeiskurssilaisia) kohtaan hoidettua. Sinivöinen ei selvästikään opettanut kurssilaisia, vaan ainoastaan veti treenit. Hän oli siis vetäjän roolissa.

Entäpä jos sinivöinen ei olisikaan tyytynyt vain hypyttämään alkeiskurssilaisia saamiensa ohjeiden mukaan? Nähdessään yhden harjoittelijan tekevän lyöntinsä hieman liian ylös, käy opastamassa tätä paremmasta suoritustavasta samalla, kun korjaa vieresen harrastajan *juchuum seogista* reidet samansuuntaisiksi tämän jalkaterien kanssa harrastajan polvien säästämiseksi. Hän ei varsinaisesti kerro alkeiskurssilaisille mitään uutta, mutta omalla toiminnallaan ohjaa heitä parempiin suoritustapoihin. Tällä kertaa hänen rooliaan kuvaisikin paremmin ohjaaja.

Seuran pääopettaja, viidestä dan-kokeesta selvinnyt konkari-*sabumnim* saapuu dojangille otteluryhmän harjoituksiin. Muodossa seisovat harrastajat ovat motivoituneita ja päämäärätietoisia nuoria, joiden silmissä siintää vähintään vastustajan kukistaminen ensi viikonlopun kilpailuissa, ehkä korkeammankin tason saavutukset. Näissä harjoituksissa ei opetella mitään uutta – herkistellään ja viilataan puolustuskombinaatioita, joita toivotaan tulevissa kisoissa käytettävän menestyksekkäästi. Kisoihin on valmistauduttu jo puoli vuotta. Matkalla on ollut erilaisia tekniikka- ja taktiikkaharjoitteita, lihaskuntoa ja liikkuvuuden lisäämistä. Ehkä jopa vuorokausirytmien ja ruokailujen miettimistä painoluokan tai iskukyvyn motivoimina. *Sabumnim* on suunnitellut tämän kaiken huolella etukäteen ja aina välillä tarkistanut suunnitelmiaan sen mukaan, miten harrastajat ovat edistyneet. Vyöarvostaan riippumatta hän ei ole keskittynyt näiden harrastajien opettamiseen, vaan urheiluvalmennukseen. Hän oli siis valmentaja näissä harjoituksissa.

Heti otteluharjoitusten perään *sabumnimin* harjoituksiin tulee joukko vihreävöisiä aikuisia, jotka harrastavat taekwondoa siksi, että nauttivat kunnon hiestä ja itsensä kehittämisestä. Tänään

ohjelmassa on uutena asiana *tyo yop chagi* (hyppysivupotku). Nyt *sabumnim* ei enää valmennakaan, vaan hänen pitää vetää ylleen opettajan rooli – moodi, jossa hän saa oppilaansa omaksumaan uuden asian.

Seuraavalla viikolla *sabumnimilla* on edessään ohjaajakurssi, jolla pitäisi saada kurssilaiset ymmärtämään jotakin siitä, miten voisivat viedä omaa tietoaan eteenpäin muille harrastajille. Kurssilaiset tuskin ovat paikalla vain imemässä kaiken sanotun itseensä – heillä on luultavasti omiakin mielipiteitä, mutta he ovat valmiita saamaan uusia ideoita ja tietoa, joita käyttää hyväkseen. *Sabumnim* vetää kasvoilleen kouluttajan roolin.

Pidin marras-joulukuussa 2014 Suomen Taekwondoliiton VOK-I-tason ohjaajakoulutuksen yhdessä Juho Rannan kanssa. Yksi kurssin ennakkotehtävistä oli miettiä, mitä seuraavat käsitteet tuovat mieleen: vetäjä, ohjaaja, opettaja, valmentaja. Purimme ensimmäisenä viikonloppuna kurssilaisten ajatuksia näistä käsitteistä keskustellen. Hyvin pian kävi ilmi, ettei osa ollut ihan varma, miten tällaiseen tehtävään pitäisi suhtautua. Joku saattaisi vetää herneet nenään, jos määritteli liikaa totutun arvojärjestelmän vastaisesti. Oikeastaan osa ennakkotehtävän tarkoituksesta olikin saada selville, miten kurssilaiset tällaiseen kysymykseen suhtautuvat. Meille suomalaisille ei ole ominaista titteleihin tuijottaminen tai jonkun arvostaminen vain siksi, että hänellä on hienonkuuluinen arvo, toisin kuin esimerkiksi itä-aasialaisille. Tietty arvorakenne kuitenkin selkeyttää joissakin tapauksissa asioita, mutta jos siihen jämähtää liiaksi, tulee siitä este tai jopa riski.

Vaikka olin tietysti etukäteen määritellyt, miten itse käsitän nämä määritelmät, antoivat ohjaajakoulutuksen keskustelut uutta näkökulmaa minullekin. Tässä tekstissä tarkastelen itse miettimieni ja kurssilaisten kertomia määreitä rooleista ja pyrin purkamaan sitä, miksi jokaiselle näistä rooleista on paikkansa ja käyttönsä. On muistettava, että monesti harjoitusten pitäjä ei ole puhtaasti yhdessä roolissa, vaan roolien piirteet sekoittuvat toisiinsa.

Tässä tekstissä käytän paremman termin puutteessa ohjaajaa kattoterminä kaikille eri rooleille, vaikka ohjaaja itsessään on yksi näistä rooleista.

2. Miksi roolilla on väliä?

Ennen kaikkea halusin saada kurssilaiset miettimään, millä asenteella he menevät ryhmän eteen, kun oma treeninvetovuoro tulee. Rooli, oli se sitten valmentajan, opettajan, ohjaajan tai vetäjän, määrittää tai kuvastaa sitä, mitä haluaa harjoituksiin osallistujien saavan harjoituksesta irti. Kaikille näistä rooleista on tarpeensa ja paikkansa eivätkä ne ole kiveen hakattuja. Ne ovat yksi tapa määrittää sitä, mitä harjoituksissa tapahtuu. Jotta voi kehittää toimintaansa, täytyy ensin tiedostaa oma toimintansa ja arvioida sitä. Ilman työkaluja ja tapoja määrittää toimintaa, tämä on vaikeaa ja onnistuu vain tiettyyn pisteeseen asti. Voi myös olla helpottavaa salille vetäessään pukea jokin rooli ylleen – aivan kuin näyttelijä lavalle saapuessaan. Harjoitusten päätyttyä tämän roolin voi riisua yltään ja olla taas tavallinen ihminen muiden joukossa.

Roolin ei tarvitse olla sama jokaisessa harjoituksessa. Saman ihmisen vastuulla voi olla otteluryhmä, alkeiskurssi ja vaikka ylempien väiden ryhmä. Jokaisessa näistä hän voi ja pitääkin olla jollakin tapaa eri roolissa. Joskus roolia voi joutua muuttamaan myös lennosta. Esimerkiksi alkeiskurssille ei tullutkaan paikalle yhtään kurssilaista, mutta kaksi ylempiväistä apuohjaa kyllä. Kotiinlähdön sijasta voi vetää kolmen hengen porukalla harjoituksen, josta kaikki, myös ohjausvastuussa oleva, saavat jotakin irti. Rooli muuttuikin opettajaksi vetäjäksi.

Rooli voi muuttua myös kesken harjoituksen. Esimerkiksi otteluharjoitukseen voi tulla valmentajan roolissa ja hoitaakin suurimman osan harjoituksesta siinä. Välillä harjoittelijat pitää kuitenkin saada oppimaan jotakin uutta. Silloin on taas vähän aikaa oltava opettaja. Valmentajaksi voi taas palata opetusosuuden jälkeen.

Jako useaan eri rooliin sopii luontevasti kamppailulajeihin, mutta siitä voisivat hyötyä myös puhtaasti urheilua olevat lajit. Esimerkiksi jalkapallossa voisi olla hyvinkin hyödyllistä, jos seurassa jaettaisiin parille kokeneelle valmentajalle opettajan rooli ja annettaisiin näiden tehtäväksi opettaa uusia harrastajia, jotta nämä voivat siirtyä pelijoukkueisiin valmentautumaan kilpailuihin. Ei siis vain laittaa lapsia potkimaan palloa ja toivoa, että he kehittyvät harjoituksen myötä, vaan aktiivisesti opettaa heille, miten se potkiminen olisi hyvä tehdä. Jonkin verran tällaista tapahtuu erityisryhmien kohdalla, esimerkiksi Nummelan Palloseuran kehitysvammaisten NuPS Brasil -joukkueessa, jossa osa valmentajista on selvästi enemmän opettajan roolissa. Tietenkään monessa urheiluseurassa asia ei ole yksinkertaisen, sillä opettaminen ja valmentaminen itse asiassa vaativat melkoisesti tietoa ja taitoa. Treenejä vetämään voi pystyä, vaikkei aiheesta syvällisesti tietäisikään.

3. Vetäjä

Vetäjän rooli on tässä esittämistäni ohjaajarooleista yksinkertaisin ja vaatimattomin. Vetäjä on vastuussa vain yksittäisestä harjoituksesta – lähinnä siitä, että se tulee pidettyä jotenkin mielekkäästi. Harjoitus ei sisällä uutta asiaa, vetäjän ei ole tarkoitus opettaa harjoituksissa olijoille mitään. Vetäjän rooliin ei myöskään kuulu harjoittelijoiden opastaminen parempaan suoritukseen tai heidän virheidensä korjaaminen. Vetäjän roolissa pitäydytään seuran opetuslinjauksissa.

Vetäjän rooli tulee usein kysymykseen jollakin tapaa yllättävässä tilanteessa. Harjoitusten suunniteltu ohjaaja ei syystä tai toisesta pääse paikalle, joten joku toinen hoitaa harjoituksen hänen puolestaan. Lähtökohtaisesti korvaavan vetäjän pitäisi saada tieto ajoissa, jolloin hän voi esimerkiksi saada valmiin harjoitusohjelman, jota toteuttaa, tai suunnitella itse harjoituksen sellaiseksi kuin haluaa. Toinen vaihtoehto on toivottavasti monessa seurassa jo historian hämäriin painunut tilanne, jossa harjoitusten suunniteltu ohjaaja jättää ilmestymättä paikalle ja ylin vyö joutuu vetämään harjoituksen, jotteivät muut olisi tulleet paikalle turhaan. Harjoituksen sisältö jää tällaisessa tapauksessa helposti irralliseksi suuremmasta kokonaisuudesta.

Edellä kuvailluissa tapauksissa vetäjällä ei välttämättä ole juurikaan mielenkiintoa muiden harjoittelijoiden suoritusta kohtaan, koska hän huolehtii harjoituksesta pakon sanelemana eikä hänellä välttämättä ole edes asiantuntemusta muiden opastamiseen. Pelkkä harjoituksen vetäminen tarjoaa vetäjälle itselleenkin mahdollisuuden harjoitella, koska hänen ei tarvitse käyttää keskittymistään muiden suoriutumiseen.

Edellisten tilanteiden perusteella vetäjän roolin voisi mieltää negatiiviseksi – sellainen se saattaa olla vetäjäksi pakotetulle – mutta kokonaisuuden kannalta se on kuitenkin tarpeellinen. Harjoitukset tulevat pidetyiksi, vaikkei alkuperäinen ohjaaja päässytkään paikalle, joten harjoittelijat eivät saapuneet paikalle turhaan. Jos ei muuta, he saivat ainakin hikeä pintaan.

Vetäjän rooli voi tulla kyseeseen myös positiivisemmakin mielessä. Esimerkiksi keskenään enemmän tai vähemmän samantasoiset harrastajat voivat harjoitella keskenään yhden ottaessa vetovastuun päättäen, mitä seuraavaksi tehdään, ja huolehtien harjoituksen turvallisuudesta. Toinen vaihtoehto on esimerkiksi kuntoharjoitus, jossa oleelista ei ole niinkään se, että kukaan oppisi mitään, vaan kaikki saisivat kuntoaan (oli se sitten lihas- tai vaikka potkukuntoa) kasvatettua – myös vetäjä. Vetäjän rooli voi luontevasti sekoittua ohjaajan tai valmentajan rooliin.

4. Ohjaaja

Osan ohjaajakurssilla olleiden silmissä oleellinen ero ohjaajan ja vetäjän välillä oli ohjaajan suurempi sitoutuneisuus ohjattavaan ryhmään säännöllisyyden ja tavoitteellisuuden muodossa. Nämä määritteet sopivat hyvin ohjaajaan, mutta ainakaan säännöllisyys ei ole välttämätön asia. Tavoitteellisuutta voi ajatella esimerkiksi sillä, että ohjaaja pyrkii valmistamaan harrastajaa tuleviin vyökokeisiin. Tähän ei tarvita minkäänlaista säännöllisyyttä tai edes toistuvuutta, mutta toistuvuus auttaa sekä ohjaajaa että ohjattavaa ymmärtämään toisiaan, mikä tehostaa ohjausvaikutusta. Toistuvuus mahdollistaa ohjaaja-harrastajasuhteen kehittymisen niin positiivisessa kuin negatiivisessakin mielessä.

Ohjaajan erottaa vetäjästä ennen kaikkea se, että ohjaaja opastaa harjoittelijoita eteenpäin. Tämä voi olla sulavamman ja turvallisemman liikeradan neuvomista, virheiden korjaamista tai rakentavan tai ideoiden antamista vapaammassa harjoitteessa. Ohjaajan roolissa harjoittelijoiden tunteminen tulee vahvasti esiin, sillä kaikki edellä mainittu opastaminen on helpompaa ja tehokkaampaa toteuttaa, jos tietää, mistä naruista kenenkin kohdalla tulee vetää. Se, mikä toimii yhdellä harjoittelijalla, ei toisella välttämättä toimi lainkaan. Erilaisista oppimistavoista on hyvä tiivistelmä mm. Jari Hintsasen kirjassa *Taekwondo – jalan ja käden tie*⁴.

Ohjaajan roolissa näkyy myös oman tyylin kehittyminen. Kokematon ohjaaja ottaa vaikutteita muilta ohjaajilta ja rakentaa niistä kokonaisuuden, kokeneemmalle on jo kehittynyt oma tyylinsä muiden vaikutteiden ja omien kokemustensa pohjalta. Ohjaaja joutuu miettimään, millaiset lähestymistavat toimivat paitsi harjoittelijalle, myös ohjaajalle itselleen.

Jotta pystyisi ohjaamaan, täytyy omata jonkin verran asiantuntemusta – miten muutenkaan muita voisi ohjata eteenpäin. Ohjaajan roolissa harjoituksista huolehteminen mahdollistaa jossakin määrin harjoittelun itse samalla, mutta oma harjoittelu ei voi olla täysipainoista, koska ohjaajan vastuulla on muiden oppiminen, eli hänen täytyy kohdistaa huomionsa muihin, ei itseensä.

Ohjaajan rooliin kuuluu kokonaisvaltainen vastuu harjoituksesta: tavoitteiden asettaminen, suunnittelu ja toteutus. Toki harjoituksen voi toteuttaa myös toisen luoman harjoitussuunnitelman pohjalta, mutta ohjaajan kädenjälki näkyy harjoituksessa aina jollakin tapaa. Toisen suunnittelema harjoitus ei poista ohjaajan velvoitetta opastaa harjoittelijoita.

Vetäjän tavoin ohjaaja toteuttaa seuran opetuksellisia linjauksia. Erotuksena vetäjään ohjaajan tulisi tuntea ne paremmin. Paitsi opetuksellisia linjauksia, vetäjä seuraa myös seuran opetuksellisia ja valmennuksellisia tavoitteita. Harjoituksesta harjoittelijoita viedään jompaa kumpaa tai molempia kohti, oli kyseessä vyökokeissa, itsepuolustustilanteissa tai ottelussa tarvittavien taitojen harjoittaminen tai fyysisten ominaisuuksien kehittäminen.

Ohjaajan vastuu rajoittuu yksittäiseen harjoitukseen tai korkeintaan muutamaaan harjoitukseen, esimerkiksi miltei valmiin ryhmän viimeiseen viilaukseen ennen vyökoetta, näytöstä tai muuta ryhmää testaavaa tilannetta.

5. Opettaja

Opettajan roolin määrittely selviää helposti jo roolin nimestä. Jokaiselle on kokomusta, mitä opettajat kouluissa tekevät. Opettajan tehtävänä on saada oppilas oppimaan jotakin uutta. Opettajan rooli ei välttämättä vaadi koulutusta tai mitään muutakaan aseman symbolia, mutta asiantuntemusta opettavasta asiasta se vaatii sitäkin enemmän. Asiaa ei voi opettaa muille, jos ei sitä itse osaa – muutenhan opettaa jotakin ihan muuta. Tätä ei pidä tulkita siten, ettei vaikkapa vaativaan kikkapotkuun fyysisesti kykynemätön voisi sitä paremmat fyysiset valmiudet omaavalle opettaa. Osaamisen ja hallitsemisen välille tulee tehdä ero. Osaamisella tarkoitetaan tässä sitä, että tietää ja hahmottaa tarkasti, miten suoritettava asia tulee suorittaa. Vähintään niin tarkasti, että pystyy sen toiselle kuvailemaan niin, että tämän sen ymmärtää. Tätä oikeastaan on opettaminen.

Johdannossa esitetty esimerkki alkeiskurssin pitäjistä on hyvä esimerkki opettajan roolista. Opettaja pitää huolta siitä, että oppilaat oppivat opettavat asiat. Täysin vastaavasti toimii väri- tai mustavöisten ryhmästä vastuussa oleva opettaja. Alkeiskurssi on siitä erikoinen tapaus, että monessa seurassa se on selvästi rakenteellisempi ja suunnitelmallisempi kuin muut ryhmät. Toisaalta asiaan vaikuttaa myös alkeiskurssin homogeenisyys muihin ryhmiin verrattuna. Seuroissa pystytään vain harvoin jakamaan harjoitusryhmät niin, että yhdessä ryhmässä kaikki olisivat lähestulkoon samalla osaamistasolla.

Taekwondon kaltaisessa lajissa, jossa oikea suoritustapa on tärkeä opillisista ja turvallisuussyistä, opettajan roolissa pitää olla paljon taustatietoa siitä, miten ja miksi asiat tehdään sillä tavalla

kuin ne tehdään. Opettaja tekee pakostakin linjanvetoja. Jos opettajalla on seuran pääopetusvastuu, linjanvedot voivat olla koskea asioiden tekemistä, mutta kyseessä ei tarvitse olla näin suuri asia. Linjanvetoa on myös se, mistä näkökulmasta asioita oppilaille opettaa. Lähteekö liikkeelle vastakäden käytöstä, lantion liikkeestä vai ranteenkäännöstä. Nämä ovat valintoja, jotka tulee tehdä oman opetustyylin ja oppilaiden oppimistapojen perusteella.

Opettajan roolissa täytyy muistaa, että jollakin tasolla on aina kyseessä tulevien ohjaajien kasvattaminen. *Sabumnim*-arvoon edenneellä opettajalla tämä kuuluu jo arvon tuomaan rooliin, mutta myös ensimmäistä alkeiskurssiaan totettava opettaja vyöarvosta riippumatta luo sitä pohjaa, jolta alkeiskurssin osallistujista jotkut toivottavasti tulevaisuudessa siirtävät erilaisissa ohjaajarooleissa tietotaitoaan eteenpäin. Samalla tavalla tämä pohja, oli kyse sitten perustekniikoista tai itsepuolustustekniikoista, on perusta, jonka päälle tulevat taidot rakennetaan. Opettaja vaikuttaa aina paitsi nykyhetkeen, myös tulevaan.

Vastuu opettajan roolissa on kokonaisvaltaisempi kuin ohjaajalla. Harjoituksiin osallistuvat aistivat jollakin tasolla, tiedostaen tai tiedostamatta, millaisessa roolissa ryhmän edessä oleva on. Opettaja kiinnittää pakostakin opettaessaan huomiota oppilaisiinsa, jolloin huomion tasapuolisen jakamisen merkitys korostuu. Huomiota ei tarvitse toki antaa jokaiselle täsmälleen saman verran, vaan siinä suhteessa kuin he sitä tarvitsevat ja aika sen sallii. Vastuu voi olla yksittäisestä harjoituksesta ja asioiden oppimisesta sen aikana, mutta tyypillisesti opettajan rooliin kykynevät ohjaajat on jo värvätty jatkuvaan opetustyöhön, jossa vastuu on pidempiaikaisesta, suunnitelmallisuutta tai vähintään rakenteellisuutta vaativasta opetuksesta, jonka tavoitteena on kehittää oppilaita reilusti.

Opettajan roolissa olevalta odotetaan usein monipuolisempaa osaamista kuin ohjaajan roolissa olevalta. Uuden asian ymmärtäminen saattaa vaatia useamman kuin yhden näkökulman siihen – tässä monipuolisuus on valttia. Siinä missä yksi oppii asian teknisen demonstraation perusteella, toiselle voi asian tarkoituksen selostaminen sovellutuksen kautta olla ratkaiseva tekijä.

Sabumnim-arvoon ehtineelle opettajalle tai jo ennen sitä rooliin voi olennaisena osana kuulua seuran muiden ohjaajien tukemista ja vyökoekriteerien määrittelyä – siis sen määrittämistä, mikä on riittävä osaamisen taso vöiden ansaitsemiseen. Opettajan rooliin kuuluvaa opetusta voi siis toteuttaa myös välillisesti muiden kautta.

6. Valmentaja

Tiivistetysti sanottuna valmentaja valmistaa valmennettaviaan johonkin. Tyypillisesti urheilumaailmassa kyseessä on kilpailu, mutta taekwondossa tai muissa kamppailulajeissa se voi yhtä hyvin olla vyökoe. Valmentajan rooli on siis hyvin tavoitehakuinen. Erotuksena opettajan roolista valmentaja ei niinkään opeta uusia asioita kuin hioo ja kehittää olemassa olevia taitoja ja kykyjä.

Koska valmentajan rooli on hyvin tavoitehakuinen, tulee sen olla myös kokonaisvaltainen ainakin oman osa-alueensa osalta. Urheilijoillahan tyypillisesti voi olla lajivalmentajan lisäksi fysiikkavalmentaja ja psyykkinen valmentaja, joilla jokaisella on oma tonttinsa, mutta suuri vastuu ja valta tästä nimenomaisesta tontista. Valmentajan rooli vaatii siis hyvin paljon osaamista ja paneutumista.

Valmentajan roolin tulee olla hyvin vahvasti valmennettavaa tai valmennettavia tukeva, joten heidän vankka tuntemisensa on välttämättömyys. Valmentaja-valmennettasuhde tulee tämän takia helposti hyvin kiinteäksi ja läheiseksi, onnistuessaan myös pitkäkestoiseksi.

Siinä missä voidaan ajatella opettajan pyrkivän saamaan oppilaansa rikkomaan tämän omat rajat, valmentajan tavoitteena on saada valmennettavansa rikkomaan muiden asettamat rajat.

Kilpailuvalmennuksessa tämä on itsestään selvää – urheilijan tulee olla parempi kuin kilpailijansa – vyökoevalmennuksessa ei ehkä niin selvää. Vyökokeiden suhteen valmennus ei ehkä niinkään tule kysymykseen alemmista värivöistä puhuttaessa, koska monessa seurassa niissä katsotaan ennen kaikkea harrastajan omaa kehitystä, mutta mustia vöitä tavoitellessa rajat ovat usein selkeämmät, koska mustien vöiden tulee edustaa tiettyjä standardeja, olivat ne selkeästi määritellyt tai eivät.

7. Kouluttaja

Kouluttajan rooli ei tyypillisesti tule esiin seuratasolla, mutta suuremmissa urheiluseuroissa sekin on mahdollinen. Kouluttaja on vahvasti asiantunteva rooli, jossa tehtävänä on siirtää tietotaitoa eteenpäin koulutettaville, jotta nämä voisivat soveltaa sitä eteenpäin. Siinä missä ohjaaja, opettaja ja valmentaja voivat siirtää fyysisiä taitoja, kouluttajan tehtävänä on siirtää enemmänkin tietoa, jota

muut ohjaajat voivat käyttää kukin omalla tavallaan. Eräs ohjaajakoulutuksen osallistujista kiteytti tämän hyvin: ”Kouluttaja kylvää siemenen, jonka muut jalostavat hedelmäksi.” Valitettavasti en muista, kuka tämän sanoi.

Kouluttajan roolissa toteutettu ohjaaminen on tyypillisesti lyhytkestoista, kurssi- tai seminaarimuotoista, jolla on tarkasti määritelty aihe. Tarkoituksena on tuoda uutta, ulkopuolista näkökulmaa ohjaajille. Kouluttaja voi antaa myös valmiita vastauksia, mutta ennen kaikkea hän tuo ideoita, joiden käyttö ja jatkojalostus on kuulijan vastuulla.

8. Ohjattavan roolista

Tässä tekstissä olen eri ohjaajaroolien kohdalla käyttänyt erilaisia nimityksiä ohjattavista: harrastaja, harjoittelija, oppilas, valmennettava, koulutettava. Osaltaan tämä tulee luonnostaan. Tuntuu luontevalta puhua oppilaista, kun puhuu opettajista. Toisaalta eri nimitysten käyttäminen on tarkoitushakuista. Ohjaajan rooliin vaikuttaa voimakkaasti paitsi se, millaisena hän näkee itsensä, myös se, millaisina hän näkee ohjattavansa. Oikeastaan voisi sanoa, että ohjattavien rooli määrittää ohjaajan roolin. Jos mieltää ohjattavat oppilaiksi, asettuu automaattisesti opettajan rooliin.

Ohjattavien roolia kannattaa miettiä erityisesti silloin, jos joutuu sellaisen ryhmän eteen, joka ei ole itseään niin miellyttävä. Joillekin tällaisia ovat esimerkiksi lapsiryhmät. Jos näkee ohjattavat raivostuttavina kakaroina (lapsina tai aikuisina), todennäköisesti asettaa itsensä vetäjän rooliin ehkä ohjaajaroolilla maustettuna. Jos pystyy rasittavaankin ryhmään suhtautumaan oppilaina tai valmennettavina, pystyy heille varmasti tarjoamaan enemmän.

9. Lopuksi

Urheilijana tai kamppailija kehittyminen vaatii oman kehon hahmottamista. Jos ei itse tunne, mistä raaja kulkee, ei pelkkä toisen ihmisen kuvaus auta hahmottamaan, miten parantaisi tekemistään. Sama pätee ohjaajana kehittymiseen, paitsi että kyse ei ole kehon hahmottamisesta, vaan oman toimintansa tiedostamisesta.

Tiedostamisessa auttaa huomattavasti, jos pystyy purkamaan toimintaansa osiin ja antamaan niille nimet. Roolit ovat yksi tapa lähestyä tätä, mutta täytyy muistaa, ettei niitä pidä ajoitella rajoittavina asioina, vaan pikemminkin häilyvinä lokeroina, joita voi käyttää työkaluina itsensä arvioinnissa. Kukaan muu kuin ohjaaja itse ei voi tehdä ohjaajasta opettajaa tai valmentajaa. Jos ei tunne opettavansa, ei opeta.

10. Viitteet:

1. Tedeschi, Marc *Taekwondo: Traditions, Philosophy, Technique 1st Edition* (2003) Weatherhill, ISBN 0-8348-0515-4, s. 20-23.
2. Kang, Won Sik & Lee, Kyong Myong *A Modern History of Taekwondo* (1999) englanninkielinen käännös
http://web.stanford.edu/group/Taekwondo/documents/tkd_history.pdf.
3. <http://www.womagroup.com/about-tae-kwon-do.php>.
4. Hintsanen, Jari *Taekwondo – jalan ja käden tie* (2014) Tammerprint, ISBN 978-952-93-3321-9, s. 122-124.