

Matti Alpolo

- kouluttaja, työnohjaaja, henkinen valmentaja
- henkisessä valmennuksessa mm. Suomen uintimaajoukkue
- NLP-trainer

Päivi Steffen

- hyvinvointivalmentaja, henkinen valmentaja
- henkistä valmennusta mm. triathlonisteille, uimareille ja golfareille
- NLP-trainer

Huippuvalmentajien mallittamishanke

Keväällä 2013 syntyi ajatus siitä, että olisi hyvä mallittaa suomalaisia huippuvalmentajia, jotka ovat saaneet urheilijan maailman huipulle ja samalla kehittää uudenlainen tapa avata henkisen valmennuksen maailmaa valmentajan kokemuksesta käsin. Meitä alkoi kiinnostaa, miten huippuvalmentaja rakentaa valmennukseen sellaisen henkisen tilan, missä onnistuminen on mahdollista. Tähän mennessä olemme mallittaneet kolmea valmentajaa: Esa Sievinen, Virpi Horttana ja Erkki Westerlund.

Onnistuminen on moniulotteinen ilmiö. Se koostuu useista samanaikaisista onnistumisen osatekijöistä, joista ei ole poimittavissa selkeitä lineaarisia syy-seuraussuhteita ja yhden yksittäisen tekijän vaikutusta. Voidaan puhua onnistumisen maisemasta, missä useat eri tekijät ovat samanaikaisesti läsnä. Onnistumisen maisema urheiluvallennuksessa lähtee valmentajan elämänkatsomuksesta ja valmennusfilosofiasta, josta valmentajan koko toiminta on johdettavissa.

Kehitimme MAPS-mallittamismetodin, jossa liikutaan valmentajan ajatus- ja kokemusmaailmassa ja onnistumisen maisemassa epälineaaraisesti usealla eri tasolla. Mallittamisella etsitään mallitettavan valmentajan omaa ja uniikkia tapaa ajatella tekemisestään ja valmennuksestaan. Mallittamisella ei etsitä samankaltaisuuksia valmentajien toiminnassa vaan yksilöllistä ja erilaista kuvaa. Ajatuksena on, että huipulle on myös valmentajilla monta tietä. Huippuvalmentaja voi olla monenlainen.

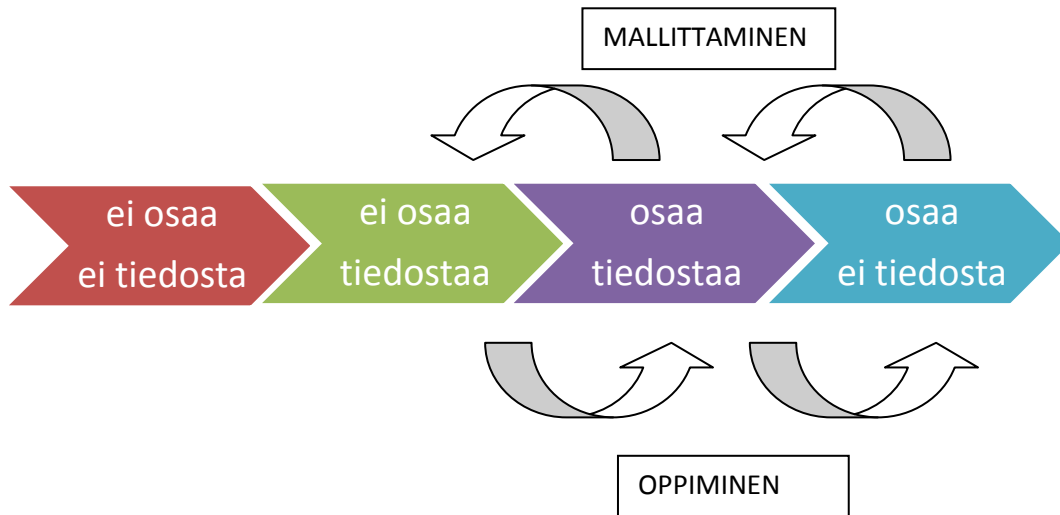
Mielenkiintomme mallittamisessa on niissä asioissa, joita perinteisillä haastattelu- ja tutkimusmenetelmillä välttämättä ei tavoiteta, asioissa, jotka jäävät "rivien väliin". Siksi objektiivisuutta tässä hankkeessa edustaa rehellinen subjektiivisuus ja parhaimmillaan valmentaja tulee tietoiseksi asioista, joita tulisi kehittää omassa valmennuksessaan. Valmentaja voi parhaimmillaan löytää valmennuksensa uudella tavalla. Tekemisen taitojen sijaan mielenkiintomme kohteena ovat olemisen taidot.

MAPS tulee tekijöidensä nimien etukirjaimista. Menetelmän tiedon muodostustapaa voisi kutsua valmennusanropologiaksi tai – etnografiaksi. Mallittamisprosessi muotoutuu mallittamisen kuluessa ja lopputulosta ei edes arvailla. Menetelmä vaatii kahden mallittajan yhteistä intressiä, uteliaisuutta ja erilaisuuden hyödyntämistä.

Toteutamme mallitukset kolmessa vaiheessa:

1. Ensimmäisessä vaiheessa toteutetaan valmentajan mallittaminen usealla eri tasolla liikkuvan kartan avulla. Kartalla kuljetaan intuitiivisesti ilman ennako-oletuksia ja tartutaan asioihin, jotka herättävät mielenkiinnon joko mallitettavassa eli valmentajassa tai mallittajissa. Kartta sisältää kysymyksenasetteluja mm. valmentajan maailmankuvasta, identiteetistä, toimintaa ohjaavista ajatuksista, osaamisesta, tekemisestä ja verkoston merkityksestä. Kysymyksiä ei käytetä sellaisenaan ja välttämättä ei ollenkaan. Esimerkiksi Erkkä Westerlundin mallittamisessa kysymykset siirrettiin syrjään kahden minuutin kohdalla.
2. Toisessa vaiheessa poimimme kartalta kiinnostusta herättävät asiat ja niiden pohjalta rakennamme uuden kartan, joka toimii metatasolla. Tässä vaiheessa pyrimme löytämään rivien väleihin jäävät asiat ja sivupolkujen tuottamat miellelyhtymät. Keskeisimpänä metodina on mallittajien välinen dialogi, jossa tuotosta määrittää kaava $1 + 1 = 3$ eli dialogissa tehdyt havainnot ovat enemmän kuin osiensa summa. Tämän takia mallittajia on kaksi. Havainnot dokumentoidaan huolellisesti ja yksinkertaisesti.
3. Kolmannessa vaiheessa dokumentointi palautetaan reflektoitavaksi valmentajalle. Reflektoinnin pohjalta järjestetään uusi mallittaminen, jossa täsmennetään kysymyksiä herättäneitä asioita. Tarvittaessa tavataan vielä huipulle viety urheilija, joka voi täydentää valmentajasta saatua uniikkia kuvaa. Tämän pohjalta laaditaan huippuvalmentajan maailmaan kuuluvat onnistumisen osatekijät, jotka mahdollistivat huippusuorituksen.

Mallittamisessa tapahtuvaa voi kuvata myös seuraavalla hyvinkin tutulla kaaviolla.



Mallittaminen tuo valmentajan osaamisen tietoisuuteen ja samalla nostetaan esille asioita, joita valmentaja haluaa kehittää omassa toiminnassaan. Mallittamisella saadaan esille hiljaista tietoa ja sitä hyödynnetään oppimisessa.