VIIKONVAIHDE

Metsästys kiehtoo. Kauneusalan yrittäjä Krista Oksanen suorittaa metsästäjätutkintoa Helsingissä. Sivu 14

Terveyttä avannosta. Avantouinnin koetaan kohentavan monin tavoin terveyttä. Sivu 13

Revontulien kutsu. Lumihotellin uusin villitys on lasikattoinen iglu, josta voi ihailla revontulia. Sivu 12

”Harva osaa hyödyntää voima-varansa”

Vuosikymmeniä Erkka Westerlund näytteli valmentajaa ja pelkäsi potkuja. Nyt hän nauttii joka hetkestä työssään.

Suomalainen tapa johtaa hakee uusia muotoja. Yksi uudistajista löytyy kiekkokaukaloista: hän on Jokerien päävalmentaja ja Suomen menestyneimpiin valmentajiin lukeutuva **Erkka Westerlund**, 57.

Westerlundin mukaan urheilussa, kuten elämässä muutoinkin, tarvitaan vahvaa arvopohjaa ja jatkuvaa pyrkimystä itsensä kehittämiseen. Koskaan ei saa luovuttaa, vaan aina pitää jaksaa yrittää.

Aina mies ei ole ajatellut asioista näin. Pitkän uran alussa hän turvasi 50-luvun oppeihin ja yksipuoliseen käskyttämiseen, kuten jämäkän johtajan kuului tehdä.

”Liki 30 vuotta minä näyttelin valmentajaa, pelkäsin kohdata ihmisiä, pelkäsin tappioita ja pelkäsin potkuja”, Westerlund sanoo.

”Lopulta ne potkut sitten tulivat.”

Uskallusta olla oma itsensä

Potkujen jälkeen itsetutkiskeluun kului 6–7 vuotta. Vähitellen mies alkoi tuntea itseään ja ennen kaikkea hyväksyä itsensä.

”Minä havahduin viisikymppisenä. Tunnustin heikkouteni ja uskalsin alkaa olla oma itseni. Opin myös nöyryyttä kohdata muita ihmisiä”, hän arvioi.

”Johtamisen perusoivallus on oppia kohtaamaan muut samalla tasolla – ei ylös- eikä alaspäin katsoen. Luottamus on kaiken yhteistyön lähtökohta.”

Nyt Westerlund sanoo elävänsä parasta aikaa myös töissä.

”Enää minun ei tarvitse näytellä valmentajaa. Nautin saadessani tehdä töitä lahjakkaiden nuorten kanssa. On arvokasta herätä uuteen päivään, kohdata ihmisiä ja elää hetket täysillä.”

Urheilu elää arvotyhjiössä

Myös maajoukkuetta valmentaneen Westerlundin mukaan urheilussa eletään ja tehdään työtä arvotyhjiössä.

”Urheilu on uhrattu viihteen ja bisneksen alttarille. Vain voittaminen on arvokasta.”

Voittaminen on kuitenkin vain päämäärä, lopputulos. Urheilusta arvokkaan tekevät matka ja se, miten matka tehdään: pyrkimällä erinomaisuuteen, itsensä jatkuvaan kehittämiseen, yrittämiseen, reiluun peliin ja yhdessä tekemiseen. Ne ovat urheilun todellisia arvoja, jotka tarjoavat mallin myös yhteiskunnalliselle kehitykselle.

”Voittoja ja tappioita tulee ja menee, se on väistämätöntä. 4–5 viime vuotta minulle valmentajana on ollut aivan sama, voitammeko vai häviämmekö yksittäisessä pelissä”, Westerlund toteaa.

”Olemme nytkin sellaisessa tilanteessa, että tappion jälkeen tulee kuraa oikein kunnolla, mutta lehdet vanhenevat parissa päivässä. Ainoa, mitä voin vaatia joukkueelta, on, että jokainen yrittää parhaansa.”

Yhdessä tekeminen on tärkeää.

”Eihän maapallo pysy pystyssä, jos emme pysty tekemään asioita yhdessä. Huipputiimi voi syntyä vain, kun ihmiset uskaltavat kohdata toisensa ja yhteistyössä panna itsensä peliin.”

Voimavarat käyttöön

Joukkueen valmentamisessa on perinteisesti keskitytty varsinaisiin harjoituksiin eli niihin noin neljään tuntiin päivässä, jolloin joukkue tekee asioita yhdessä.

Westerlundin mielestä kehityksen kannalta on jopa tärkeämpää, miten urheilija käyttää muun ajan vuorokaudesta.

Mies luopui vanhasta tyylistä valmentaa, kun hän aloitti Jokerien päävalmentajana edellisen kerran vuonna 2010. Ennen kauden alkua hän keskittyi laatimaan henkilökohtaisen valmennussuunnitelman jokaisen pelaajan kanssa ja jätti päivittäiset harjoitukset apuvalmentajille.

Pelaajalähtöisessä valmentamisessa työ urheilijoiden kanssa alkaa tavoitteiden asettamisesta. Westerlundille urheilun isoja arvoja on jatkuva pyrkimys itsensä kehittämiseen.

”Työntekijät ovat myös yritysten tärkein pääoma. Ihmisillä on uskomattomat voimavarat, mutta vain harva osaa hyödyntää niitä hyvin.”

”Jos urheilija löytää omat voimavaransa, häntä ei tarvitse puskea eteenpäin, vaan urheilija voi vetää valmentajankin perässään.”

Itseään ja omaa arkipäiväänsä johtavat urheilijat ovat joukkueen tukipilareita myös Jokereissa. He pystyvät tekemään parhaansa joukkueen hyväksi illasta toiseen, vaikka pistetilastojen kärjestä näitä miehiä ei välttämättä löydä.

Itseohjautuvat urheilijat ovat myös perusta huipputiimin syntymiselle.

Oppia palautumisesta

Pääosin Venäjällä pelattavaan ammattilaisliigaan KHL:ään siirtyminen merkitsi Jokereille raskaita pelireissuja ja pitkiä matkoja. Joukkue valmistautui kauteen opettelemalla oikeaa kuormitusta ja kykyä palautua.

Samaa taitoa Westerlund suosittelee myös työelämään.

Moni tuhoaa oman työenergiansa viikonloppuna: yksi alkoholiannos viivästyttää palautumista tunnilla. Jos ottaa neljä annosta, voi koko yönaikainen palautuminen mennä pilalle.

”Työelämässä työn määrä ei välttämättä ole ongelma vaan se, kuinka pystymme palautumaan työstä tai kuinka hyvässä kunnossa olemme kestämään rasitusta”, hän neuvoo.

”Jokaisen kannattaa pitää omasta hyvinvoinnistaan huolta, jotta jaksaa elää rikasta elämää ja nauttia joka hetkestä. Väsyneenä ei jaksa.”

TIINA TAIPALE

MARKKU VUORIKARI

Erkka Westerlund nauttii työskentelystä lahjakkaiden pelaajien kanssa. ”On arvokasta herätä uuteen päivään, kohdata ihmisiä ja elää hetket täysillä.”

Jokerit selätti epäilijät

Jokerit on ensimmäinen suomalainen joukkue, joka pelaa pääosin venäläisessä KHL-sarjassa. Kaikkiaan yhdeksällä eri aikavyöhykkeellä pelattavaa liigaa pidetään tasoltaan kovimpana Euroopassa.

Moni epäili suomalaisjoukkueen mahdollisuuksia pärjätä, mutta Jokerit on jo varmistanut paikkansa jatkopeleihin eli play offseihin.

”Meillä ei vielä ole ollut todella vaikeaa vaihetta, vaan pelit ovat sujuneet yllättävänkin hyvin”, päävalmentaja **Erkka Westerlund** kertoo.

Kun joskus aiemmin Jokereiden joukkueeseen pyrittiin kokoamaan mahdollisimman paljon tähtipelaajia, nyt joukkueesta haluttiin mahdollisimman ehyt ja hyvin yhteen pelaava kokonaisuus.

Todella pitkien pelimatkojen lisäksi Westerlund löytää myös muita eroja kotoiseen kiekkosarjaan verrattuna.

”SM-liigassa taklataan enemmän, kun taas KHL on taitopelaajien luisteluliiga”, hän arvioi.

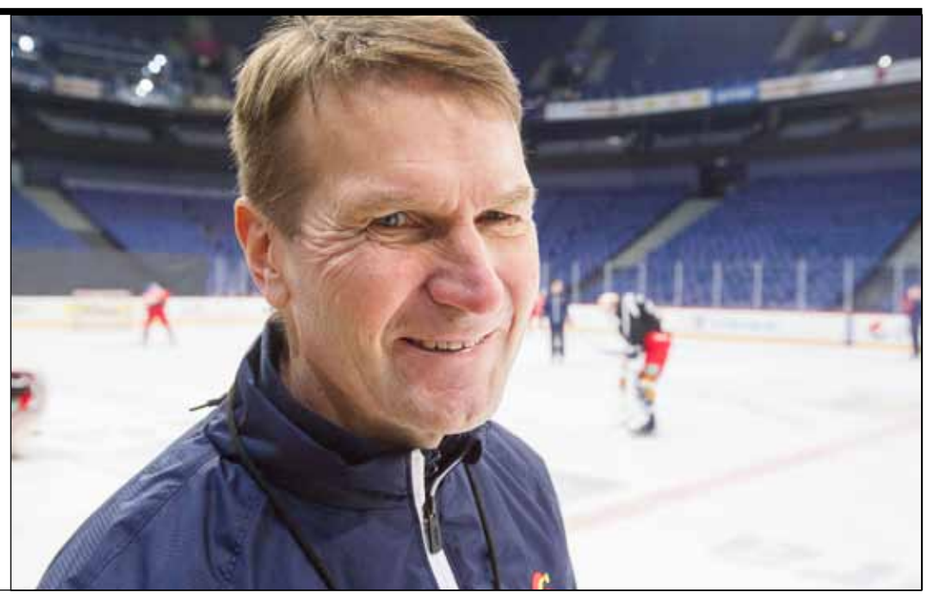
”Venäläinen keskivertopelaaja on todella taitava ja vaarallinen yksi vastaan yksi -tilanteessa. Olemme vähän väliä vaikeuksissa juuri näissä tilanteissa. Hyvällä yhteistyöllä ja joukkuepelillä olemme kompensoineet yksilöiden taitoeroja.”

TIINA TAIPALE

KUKA?

Erkka Westerlund

Erkka Westerlund on 1957 Pernajassa syntynyt liikuntatieteiden maisteri ja jääkiekkovalmentaja. KHL:ssä pelaavan Jokereiden päävalmentaja.
Valmennusura alkoi I-divisioonassa JyP HT:ssä, joka nousi SM-liigaan keväällä 1985.
Valmennuspestejä SM-liigassa on ollut myös Lukossa, HIFK:ssa ja Jokereissa.
Miesten maajoukkuetta Westerlund on valmentanut 2004–2007 ja 2013–2014. Hän on toiminut Suomen urheiluopiston rehtorina ja huippu-urheilun muutostyöryhmän jäsenenä.
Saavutuksia valmentajana: Olympiahopea Torinossa 2006 ja olympiapronssi Sotšissa 2014, MM-hopea, World cupin hopea ja MM-pronssi, SM-kulta ja kaksi SM-hopeaa. SM-liigan paras valmentaja 1987–88.



Erkka Westerlund on yksi Suomen menestyneimmistä jääkiekkovalmentajista.

Huipputiimi voi syntyä vain, kun ihmiset uskaltavat kohdata toisensa ja yhteistyössä pistää itsensä peliin.