



SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

MIEKKAILULLINEN SEIK- KAILUKASVATUS SOSIAA- LIALAN TYÖMENETELMÄNÄ

TEKIJÄ: Mika Vesterinen

Koulutusala		
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala		
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma		
Sosionomin tutkinto-ohjelma		
Työn tekijä(t)		
Mika Vesterinen		
Työn nimi		
Miekkailullinen seikkailukasvatus sosiaalialan työmenetelmänä		
Päiväys	Sivumäärä/Liitteet	49/17
Ohjaaja(t)		
Pirjo Turunen		
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t)		
Savon Vammaisasuntosäätiö SAVAS, Vuorikatu 26 A, 2krs. 70100 Kuopio		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön tavoite oli testata ja kehittää historialliseen eurooppalaiseen miekkailuun perustuvaa, tukea tarvitsevalle kohderyhmälle suunnattua seikkailukasvatuksen työmenetelmän käyttöä laajemmin sosiaalialan työssä.</p> <p>Opinnäytetyön lähtökohtana oli historiallisen miekkailun käyttö seikkailukasvatuksessa. Historiallinen miekkailu on kamppailulaji, joka keskittyy vanhoihin eurooppalaisiin 1200–1800-lukujen asetautoihin. Niitä yhdistää se, että taitojen suullinen perimätieto on kadonnut, ja oppeja on tulkittava suoraan alkuperäisistä historiallisista lähteistä. Virallisemmin lajin nimi on historialliset eurooppalaiset asetaidot, englanniksi Historical European Martial Arts eli HEMA.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin työelämäläheisesti toiminnallisista ohjauskerroista muodostuvana projektina, jossa kohderyhmänä olivat kehitysvammaiset. Toimeksiantajana opinnäytetyössä oli Savon Vammaisasuntosäätiö SAVAS.</p> <p>Projekti osoitti, että työmenetelmä soveltuu hyvin kehitysvammaistyöhön, mutta vaatii yksilöllisempää ohjausta ja ohjattavien rajoitteiden tarkkaa huomiointia. Ohjaamisen eettinen johtoajatus on häivyttää ohjattavien kehitysvammaisuus ja lähestyä miekkailua niin että ohjattavien rajoitteet eivät korostu ja ohjattava saa miekkailusta onnistumisen kokemuksia rajoitteista huolimatta.</p> <p>Miekkailullisen seikkailukasvatuksen työmenetelmässä korostui huolellinen turvallisuusajattelu ja se että ohjaajilta vaaditaan syvää osaamista ja ymmärrystä miekkailusta. Jatkokehitystyö suuntautuu opinnäytetyön perusteella näyttämötaistelun metodien tehokkaampaan hyödyntämiseen ja ohjaajien keskinäisen kommunikaation kehittämiseen toiminnan aikana.</p> <p>Miekkailullisen seikkailukasvatuksen työmenetelmä on käyttökelpoinen laajemminkin sosiaalialan työssä esim. etsivässä nuorisotyössä syrjäytymisvaarassa olevien ja koulukiusattujen nuorten itsetunnon vahvistamisessa. Työmenetelmän tavoitteet voivat olla moninaiset, esimerkiksi itsetunnon vahvistaminen, kuntoutus, terapia, virkistys, kasvatus tai liikuntaan kannustaminen.</p>		
Avainsanat		
Seikkailukasvatus, historiallinen miekkailu, kehitysvammaisuus, sosiaalialan työmenetelmä		

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Mika Vesterinen			
Title of Thesis Fencing as adventure education			
Date		Pages/Appendices	49/17
Supervisor(s) Pirjo Turunen			
Client Organisation /Partners Savon Vammaisasuntosäätiö SAVAS, Vuorikatu 26 A, 2krs. 70100 Kuopio			
<p>Abstract</p> <p>The purpose of this thesis was to test and develop the use of adventure education as a work method for other use in social work, first aimed for clients in need of special support. The basis of this work method is historical fencing, more officially Historical European Martial Arts or HEMA. It is a martial art which focuses on the art of fighting from the 13th to the 19th century. These arts have in common that their oral tradition has disappeared and the doctrines must be interpreted directly from the original historical sources.</p> <p>The thesis was carried out as a project consisting of activity workshops for mentally disabled people. The client organization of the thesis was Savon Vammaisasuntosäätiö SAVAS, The disability homes foundation of Savo.</p> <p>The research results revealed that this working method is feasible also with mentally disabled people but requires more individual guidance and careful consideration of the restrictions of guided individuals.</p> <p>Further study will focus more on the effective use of theatrical combat methods and the development of mutual communication among the instructors during the action.</p> <p>The working method is useful in other fields of social work as well, for example in outreaching youth workwork, strengthening the self-esteem of marginalized young people or victims of school bullying. The objectives of this working method can be diverse, ranging from self-esteem, rehabilitation, therapy, recreation and education to encouragement of physical activity.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Adventure education, historical fencing, mental disability, social work method</p>			

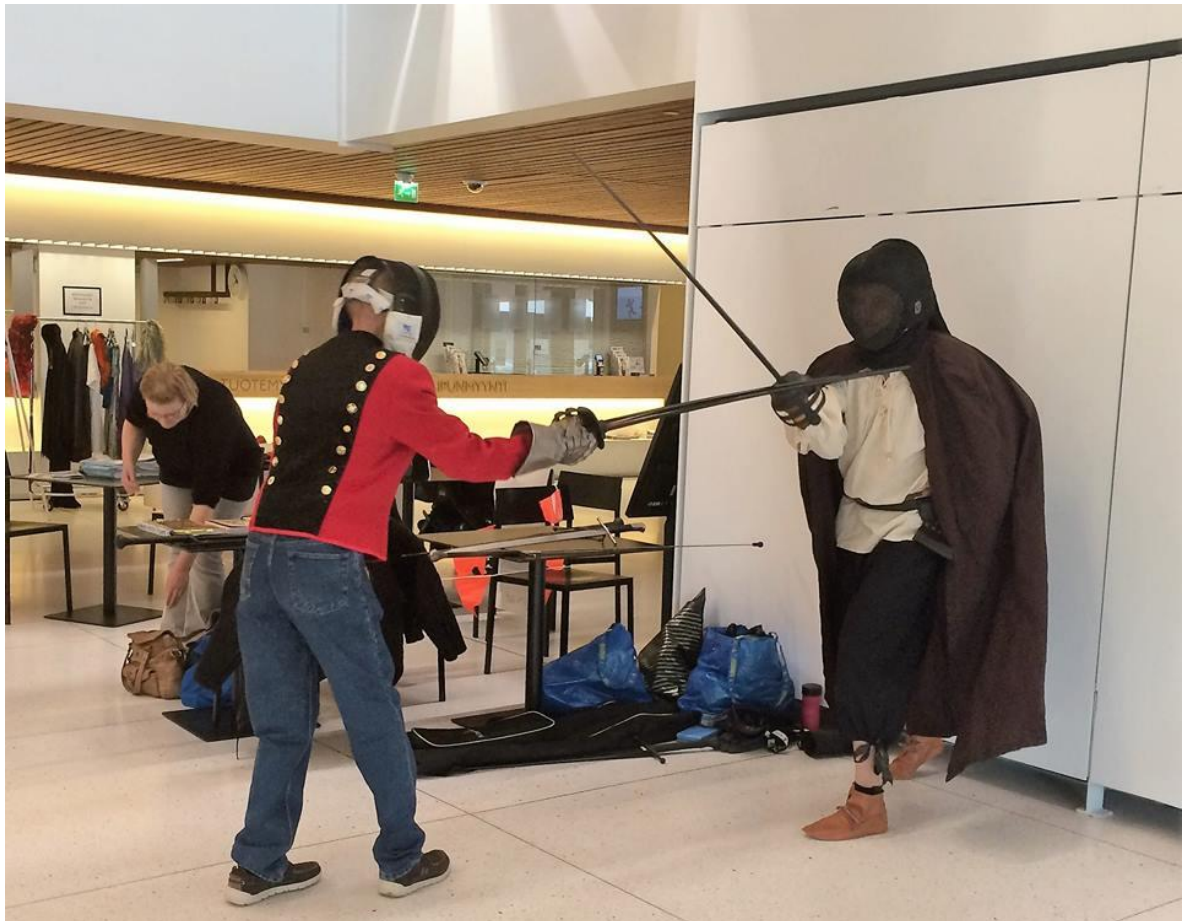
SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
2	HISTORIALLINEN MIEKKAILU SEIKKAILUKASVATUKSENA.....	9
2.1	Historiallinen miekkailu.....	10
2.2	Näyttämötaistelun ja historiallisen miekkailun yhdistelmä	12
2.3	Historiallinen miekkailu työmenetelmän toteutuksessa.....	13
2.4	Seikkailukasvatus työmenetelmässä	16
2.5	Teoria miekkailulliseen seikkailukasvatukseen	17
3	SUUNNITTELU	19
3.1	Miekkailuharjoitteet.....	19
3.2	Riskit ja turvallisuus	19
3.3	Riskianalyysit.....	22
3.4	Tilankäytön suunnittelu	23
4	TOTEUTUS.....	24
4.1	Kehitysvammaisten osallisuuden vahvistaminen	25
4.2	Yhteistyökumppanit ja kohderyhmän kuvaus	25
4.3	Toimintaympäristön ja tunnelman rakentaminen.....	27
4.4	Ohjauskertojen sosiaalisia tavoitteita.....	30
4.5	Ohjauskerrat ja osallistujat	30
4.6	Reflektointi	33
5	OPINNÄYTETYÖHÖN LIITTYVÄT EETTISET JA LUOTETTAVUUSKYSYMYKSET	35
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	37
7	POHDINTA.....	43
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	47
	LIITE 1. HISTORIALLISEEN MIEKKAILUUN LIITTYVIÄ MÄÄRITELMIÄ.....	50
	LIITE 2. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ	54
	LIITE 3. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ YKSILÖHARJOITTELUSSA	55
	LIITE 4. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ PARIHARJOITTELUSSA	56
	LIITE 5. RISKIKARTOITUS: MIEKKAILURISKIT	57
	LIITE 6. RISKIKARTOITUS: LIIKUNTARISKIT	58
	LIITE 7. PROSESSIKAAVIO	59

LIITE 8. TOTEUTUSPÄIVÄKIRJA.....	60
LIITE 9. MAINOS- JA TIEDOTELEHTINEN OSALLISTUJILLE	63
LIITE 10. MIEKKAILUTOIMINNAN VAATIVUUSLUOKITTELU KOHDERYHMÄLLE	66

1 JOHDANTO

Seikkailukasvatus on seikkailupedagogiikan käytännön menetelmä. Seikkailupedagogiikka tutkii ja tarkastelee teoreettisesta näkökulmasta käytännössä toteutettavaa seikkailukasvatusta ja siihen rinnastettavaa tavoitteellista seikkailullista toimintaa. Seikkailukasvatusta voidaan käyttää hyvin erilaisissa yhteyksissä, kuten kasvatuksessa, opetuksessa, nuorisokasvatuksessa jne. Sen lähitieteitä ovat mm. kasvatustiede, psykologia, sosiologia, liikuntatiede ja lääketieteestä erityisesti fysiatria ja psykiatria. Seikkailukasvatuksen suunnittelussa ovat mukana päämäärien asettaminen, menetelmien valinta ja tulosten arviointi. Käytännön toiminnassa on olennaista seikkailullisen tilanteen vaikutusten kokonaisvaltaisuus. Vaikutus kohdistuu yhtä aikaa toimintaan (motoriset tuntemukset), tunteisiin (psykykinen prosessi) ja tietämiseen (sosiaalis-emotionaaliset tunteet). (Tieteen termipankki s. a.)



KUVA 1. Opinnäytetyön tekijä kehitysvammaisille suunnatussa Lentävä Kalakukko –tapahtuman miekkailutyöpajassa Kuopion kaupunginteatterissa 2016. (Kuva: Simonen 2016.)

Miekkailuohjaajana olen visioinut uudenlaista, vanhoihin 1300–1400-luvun eurooppalaisiin asetaitoihin pohjautuvaa seikkailukasvatusmenetelmää jo vuodesta 2013 lähtien. Vision pohjana ovat mm. lukuisat vierailut kouluissa, ylioppilasteatterissa ja iltapäiväkerhossa. Menetelmän kohderyhmänä ovat eri-ikäiset tuen tarpeessa olevat ihmiset. Tärkeää on, että ohjattavat kokevat toiminnan itselleen tärkeäksi ja merkitykselliseksi. Sosionomin näkökulma tuli mukaan sosionomin opintojeni myötä

2015 Snellman-kesäyliopistossa ja 2016 Savoniassa. Ajatus lopputyöstäni syntyi kehitysvammaisille suunnatussa Lentävä Kalakukko -tapahtuman miekkailutyöpajassa (kuva 1).

Miekkailun ohjaus vammaistapahtumassa toi mukaan uusia näkökulmia, ideoita ja haasteita. Havait-
sin mm. sen, että kehitysvammaisella voi olla aikuisen voimat, mutta lapsen ymmärrys voiman käy-
töstä. Seikkailukasvatuksella voi olla selkeä kuntouttavan toiminnan päämäärä.

Olen toteuttanut kuntouttavaa miekkailullista seikkailukasvatuksen menetelmää etsivässä nuorisotyössä Heinävedellä sosiaalitoimiston tukemassa nuorten kuntoutusprojektissa 2016–2017 (kuva 2), sekä Kuopion etsivässä nuorisotyössä vuodesta 2018 lähtien (Swordman a, s. a.; Vesterinen 2014b; Vesterinen 2016-6-16.)



KUVA 2. Miekkailukuntoutusta etsivässä nuorisotyössä Heinävedellä kesällä 2016. (Kuva: Turunen 2016.)

Historialliseen miekkailuun liittyvässä seikkailukasvatuksessa ovat mukana seikkailukasvatuksessa olennaiset elementit. Näitä ovat tavoitteellisuus, tietoisuus, kokonaisvaltaisuus, toiminnallisuus, kokemusellisuus, elämyksellisyys, vuorovaikutteisuus, haastavuus, yllätyksellisyys ja turvallisuus (Kivelä ja Lempinen 2009, 19). Tässä työmenetelmässä arkielämästä poikkeavana vahvana elementtinä ovat historialliset välineet. Lisäksi seikkailukasvatukseen usein liitettävä luonto korvautuu tässä historiallisten välineiden mukanaan tuomalla henkisellä historiallisella ympäristöllä.

Tavoitteellinen ja turvallinen seikkailukasvatus perustuu pitkälti ammattitaitoiseen ohjaukseen ja ohjaajien monipuoliseen kokemustaustaan lajista (Lehtonen, Mäkelä ja Pulli 2007, 127-128).

Minulla on taustallani kymmenen vuoden kokemus historiallisesta miekkailusta ja sen ohjaamisesta sekä jonkin verran kokemusta myös miekkailun ohjaamisesta kehitysvammaisille. Olen pitänyt miek-

kailutyöpajaa vammaistapahtumassa ja lisäksi Savon Miekka ry:n harjoituksissa on vieraillut kehitysvammaisia. Apuohjaajina toimineilla henkilöillä on 8-10 vuoden kokemus miekkailusta ja vuosien kokemus miekkailun ohjauksesta.

Opinnäytetyössä testattiin ja kehitettiin miekkailullisen seikkailukasvatuksen menetelmän käyttöä laajemmin sosiaalityössä. Ohjattaviksi valittiin tavanomaista haastavammaksi koettu kohderyhmä, kehitysvammaiset. Miekkailullisen seikkailukasvatuksen menetelmä perustuu kamppailulajiin ja menetelmää muokattiin kehitysvammaiselle kohderyhmälle soveltuvaksi. Ohjauksessa huomioitiin myös ohjattavien yksilölliset rajoitteet ja erityisvaikeudet.

2 HISTORIAALLINEN MIEKKAILU SEIKKAILUKASVATUKSENA

Historialliseen miekkailuun liittyvässä seikkailukasvatuksessa arkielämästä poikkeavana vahvana elementtinä ovat historialliset välineet. Seikkailukasvatukseen usein liitettävä luonto korvautuu tässä opinnäytetyössä historiallisten välineiden ja oppien mukanaan tuomalla henkisellä historiallisella ympäristöllä. Elämyksen luonnissa käytetään hyödyksi historiallisen miekkailun manuaalien tekstejä ja kuvia, vanhoja tarinoita sekä teemaan sopivaa musiikkia.

Menneiden polvien kamppailutaidot ovat linkki omaan historiaamme ja ovat osa eurooppalaista kulttuuria. Ne ovat myös ikkuna menneisyyteen ja kertovat mitä aseita menneet sukupolvet käyttivät, kuinka he pukeutuivat ja varustautuivat, minkälaisia lakeja he noudattivat ja minkälaisia arvoja heillä oli. Näin voimme yrittää tavoittaa vilahduksen kauan sitten eläneiden ihmisten elämästä ja ajattelutavoista havaitaksemme, että ne olivat yllättävän samanlaisia kun meilläkin, mutta silti erittäin erilaisia. (Tobler 2001, vii.)

Yhteisöllisyys korostuu ohjauksessa ja keskusteluille annetaan selkeästi enemmän tilaa kuin kamppailulajimaisessa miekkailuharjoittelussa. Ohjaustuokion lopulle varataan aikaa tunteiden ja ajatusten käsittelylle ja reflektiolle. Miekkailun oppiminen ei ole varsinainen päämäärä, vaan keino elämyksen tuottamiseen. Miekat ja miekkailu ovat väline ajatusten siirtämisessä menneeseen maailmaan (Tobler 2001, vii). Se, että miekkailuopit ovat aitoja keskiaikaisia aseenkäsittelytaitoja, syventää tätä tunnetta. Jo pienelläkin perusopetuksella miekan käsittelyyn tulee selkeää logiikkaa.

Toimintaan lisätään tietoisesti keskustelua ja pohdintaa ruokkivia elementtejä. Nämä voivat herättää ohjattavat pohtimaan ja keskustelemaan esimerkiksi keskiajan lainsäädännöstä, moraalista, kunnia-käsityksistä ja rohkeudesta. Keskustelua voi syntyä myös tuon ajan käytöstavoista, yhteiskuntaluokista, vaatteista, aseista, teknisestä kehityksestä ja ihmisten varallisuudesta (Tobler 2001, vii). Usein esiin nousee ajatuksia ihmisen anatomiasta ja sen vaikutuksista miekkailuun. Yleinen pohdinnan aihe on myös se, mikä ohjattavien näkemissä ja heitä innostaneissa elokuvissa, tv-sarjoissa ja tietokonepeleissä on realistista ja mikä ei. (Gass 1996; Kulmala 2010, Windsor 2004, 2.)

Miekkailu on kokonaisvaltaista toimintaa, jossa arjen tutut toimintamallit eivät toimi, ja ohjattava astuu tietoisesti ”uusien lainalaisuuksien maailmaan”. Miekkailu vaatii keskittymistä, uudenlaista ajattelua ja fyysistä toimintaa. Miekkailu on eräänlaista ”kolmiulotteista shakkia”, jossa vaihtoehtoja on paljon, mutta kaikki ne ovat tavalla tai toisella ”riskialttiita”. Tätä korostaa ”vastustajan” miekan luoma konkreettinen ”vaaran” tuntu, mutta turvallisissa puitteissa. Ohjauksessa ohjattavan rooli on aktiivinen ja hän osallistuu vuorovaikutteisesti niin ongelman määrittelyyn, kuin myös ratkaisuvaihtoehtojen keksimiseen. Miekkailussa onnistumiset ja epäonnistumiset seuraavat toisiaan tarjoten toistuvasti haasteita ja yllätyksellisyyttä. Niiden reflektiivinen vertailu kannustaa löytämään ratkaisuja ongelmiin ja käyttämään miekkailuoppia luovasti tilanteesta riippuen. Toiminnan tavoitteena on tarjota ohjattaville intensiivinen kehon, tunteen ja mielen mukaansa vievä toiminnallinen ja osallistava elämys (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2011, 125).

Miekkailu rohkaisee ja herkistää ohjattavaa tarkastelemaan omaa identiteettiä, fyysistä ja psyykkistä voimaa, päättäväisyyttä, pelon ja epävarmuuden kokemista sekä vapautumista ja voimaantumista ohjaustilanteessa, jossa nämä ilmiöt ovat läsnä turvallisesti. Ohjattava oppii myös kunnioitusta harjoituspariaan kohtaan. Kamppailulajiharjoittelussa on luotettava siihen, ettei harjoituskumppania vahingoiteta. (Kivelä ja Lempinen 2009, 81.)

Vaikka miekkailu on muiden kamppailulajien tapaan yksilölaji, sen harjoittelu on sosiaalista toimintaa. Miekkailussa korostuu positiivinen yhdessä tekeminen, sillä harjoittelu vaatii yhteispeliä, vuorovaikutusta ja reflektiivisyyttä. Ryhmän toiminta, vaihtelevat roolit ja yhteistyö korostuvat. Toiminta vahvistaa ohjattavan omaa vastuuta oppimisestaan ja toisista ihmisistä. (Kivelä ja Lempinen 2009, 81; Marttila 2016, 6.)

Yhdessä tekeminen, suunnittelu ja historiallisen taustan pohtiminen vahvistavat osallisuutta. Projektin päättävä ”päättötilaisuus” korostaa yhteisöllisyyttä ja jokaisen osallistujan merkityksellisyyttä ja ainutlaatuisuutta sekä yksilönä että yhteisöllisen ryhmän jäsenenä. Erikoisen ja harvinaisen keskiaikaisen miekkailutaidon oppiminen ja toiminnallinen elämyksellinen kokeminen sekä taustojen hahmottaminen vahvistavat ohjattavan myönteistä käsitystä itsestään antaen hänen elämäänsä itsetuntoa ja itseluottamusta vahvistavan positiivisen siirtovaikutuksen.

2.1 Historiallinen miekkailu

Historiallinen miekkailu on vanhoja eurooppalaisia asetaitoja elvyttävä taistelulaji, johon sisältyvät lukuisten erilaisten miekkailulajien lisäksi myös esimerkiksi paini, tikari, keihäs ja lukuisat varsiaseet sekä ratsailta käytävä kamppailu. Näistä yleisimmät ja tunnetuimmat lajit niin Suomessa kuin maailmallakin ovat saksalainen ja italialainen pitkämiekkä 1300–1500-luvuilta (kuva 3). (Swordman b, s.a.)

Yleisesti käytössä oleva historiallinen miekkailu (engl. historical fencing) on terminä harhaanjohtava, sillä lajiin paljon muutakin kuin varsinaista miekkailua. Kansainvälisesti yleistynyt lajin virallisempi nimi Historical European Martial Arts, josta käytetään yleisesti lyhennettä HEMA, on kuvaavampi nimitys. Käytännössä HEMA kattaa kaiken aikanaan ylöskirjatun historiallisen eurooppalaisen taistelutaidon 1800-luvulle saakka. Säilyneitä manuaaleja on löytynyt 1200-luvun lopulta lähtien. (Tobler 2001, vii; Wagner ja Hand 2003, 15.)



KUVA 3. Liechtenauerin opin mukaisia varoasentoja ja lyöntejä liikesarjana opinnäytetyön kirjoittajan tekemänä taidekuvassa: Alber – Unterhaw – Vom Tag – Oberhaw – Pflug – Unterhaw – Zwerhaw – Ochs – Oberhaw – Pflug. (Vesterinen 2017-01-15, kuva: Rossi 2015.)

Yhteistä näille HEMA:n tyylisuuntauksille on se, että niiden elävä perinne on katkennut. Jo HEMA:n historiallisella aikakaudella aseet ja opit vaihtuivat vuosisatojen kuluessa. Samalla vanhentuneiden tyylisuuntien suullinen perimätieto hiipui, tehden tietä uusille aikaansa mukautuville opeille. Tuliaseiden kehittymisen myötä miekat, keihäät ja monet muut lähitaisteluaseet muuttuivat vähitellen vanhanaikaisiksi. Käytännönläheisesti asioihin suhtautuvat eurooppalaiset jättivät vanhentuneet aseet ja opit sivuun uusien tieltä. HEMA:ssa näitä kadonneita taistelulajeja ennallistetaan alkuperäisdokumenteista tutkien, tulkiten ja rekonstruoiden. Tulkinnan apuna ovat empiirinen tutkimus, historian tutkimus ja nykyaikaisten kamppailulajien tuoma käytännön tieto. (Tobler 2001, vii; Windsor 2006, 5.)

Vaikka eurooppalaisen miekkailun tyylisuuntia on vaipunut unohduksiin, ei eurooppalaisen kamppailutaidon elävä perinne ole koskaan täysin katkennut, vaan elää urheilullisina versioina nykyaikaisessa urheilumiekkailussa, nyrkkeilyssä ja painissa. (Vesterinen 2016-04-06.)

Välineinä HEMA:ssa käytetään teroittamattomia, alkuperäisiä aseita turvallisempia versioita. Esimerkiksi puisia tai kumisia versioita keskiaikaisesta pyöreäväistisestä ja pyöreäponsisesta tikarista, scheibendolchista (Armizaressa: Daga a rondelle).

Turvallisemmat harjoitusaseet ovat myös historiallisesti relevantteja. Nykyään yleiset ja laajasti pitkämiekkaharjoitteluun käytettävät, federeiksi kutsutut harjoituspitkämiekat ovat kopioita 1400-luvun paratenschwert-harjoitusmiekoista. (Saari 2016, Tobler 2006, 8).



KUVA 4. Näyttämötaistelua moderneissa varusteissa osana australialaisen All the Queens Men -taiteilijaryhmän Fun Run -taideteosta. Vasemmalla oleva miekkailija on suunnitellun esityksen mukaisesti juuri hyökännyt epäreilusti takaapäin yleisön tervehtimiseen keskittynyttä opinnäytetyön tekijää vastaan. (Vesterinen 2015-09-04, kuva: Mäkinen 2015.)

2.2 Näyttämötaistelun ja historiallisen miekkailun yhdistelmä

Miekkailullisessa seikkailukasvatuksessa ohjaaja voi käyttää näyttämötaistelun metodeja elävöitysmielessä mukana omassa esiintymisessään. Yhtä hyvin voi näyttämötaistelu olla myös ohjauksen osana, mikäli aihepiiri ohjattavia kiinnostaa.

Näyttämötaistelu on teatterin alalaji, jossa tarkoituksena on luoda illuusio kamppailusta, huolehtien samalla sekä esiintyjien että katsojien turvallisuudesta (kuva 4). Näyttämötaistelussa opetellaan liikumaan ja taistelemaan kuten missä tahansa kamppailulajeissa. Erona ”oikeaan” kamppailulajiin on se, että näyttämötaistelun tulee tapahtua näyttävästi. Tässä kamppailulajiopeja täydennetään teatterin keinoin. Oikeista miekkailuopeista on poimittavissa teatterin käyttöön hyvin näyttäviä tekniikoita. (Linnard 2014-09-06; Vesterinen 2014a, 4, 15–20, 23–28.)

Näyttämötaistelun näkökulmasta katsottuna ei ole olennaista, ovatko käytetyt tekniikat täysin realistisia. Olennaista on illuusion rakentaminen. Historiallisen miekkailun näkökulmasta katsottuna pyritään näytöstoiminnassa suurempaan autenttisuuteen, sillä realismi toimii illuusion vahvistajana. Taavoitteena on lähinnä luoda illuusio ilman sellaisia kardinaalivirheitä, jotka asiaan vähemmän perehtynyt katsoja kykenee havaitsemaan. (Linnard 2014-09-06; Vesterinen 2014a, 4–5.)

Näyttämötaistelua rakentaessa olennaista on rakennettavan illuusion tavoite. Näyttämötaistelussa tarinakehys rajaa oman todellisuutensa, joka määrittää toimintaa. Realistisuus ei aina ole itseisarvo, sillä tavoite voi olla esimerkiksi viihteessä ja huumorissa. Näyttämötaistelussa kliseillä ja ”virheillä” on omat paikkansa ja uskottavan oloisella realismilla omansa. (Vesterinen 2014a, 4–5).



KUVA 5. Suurmestari Johannes Liechtenauer kuvattuna vuonna 1452 istumassa opettamiensa aseiden keskellä. Kädessään hänellä on pitkämiekka ja sauvallaan hän osoittaa seinälle, jolla roikkuvat vasemmalla messer ja sen vieressä yhden käden miekka. (Kuva: Danzig 1452, v2.)

2.3 Historiallinen miekkailu työmenetelmän toteutuksessa

Miekkailullisen seikkailukasvatuksen työmenetelmässä historiallisen miekkailun välineet, kamppailulajien ajatusmaailma sekä eurooppalainen historia ja kulttuuri luovat kehyksen, johon toimintamallin seikkailukasvatus pohjautuu. Toimintamalli kehittää seikkailukasvatuksen periaatteiden mukaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista itsetuntemusta sekä vahvistaa yhteistyötaitoja, vastuun ottamista ja identiteetin rakentumista. Perinteisen liikunnallisen aktiviteetin lisäksi toimintamallissa hyödynnetään musiikkia sekä kuvallista ja draamallista ilmaisua.

Ohjauksessa on ohjattavien kiinnostuksesta riippuen mahdollisuus lähestyä miekkailua draamallista ilmaisua korostaen näyttämötaistelun näkökulmasta. Populaarikulttuuri, erityisesti elokuvat ja pelit

ovat usein ihmisille tutuin yhteys historiallisiin eurooppalaisiin asetaitoihin. Nämä nousevat usein esille lajiin tutustujien kanssa, ja näyttämötaistelun epärealistisuus verrattuna todellisiin oppeihin tulee monille hieman yllätyksenä. Näiden asioiden vertailu ja pohtiminen on mielenkiintoista ja hauskaa, mutta ei kovin tarkoituksenmukaista kummankaan lajin syvemmän osaamisen kannalta, koska niiden tavoitteet ovat erilaisia. (Clements s. a.; Windsor 2004, 2–3.)

Työmenetelmän historiallisena pohjana ovat aidot historialliset lähteet, jotka ovat merkittävä osa Kunst des Fechtens -nimellä tunnettua keskiaikaista saksalaisperäistä taistelutaitoa. Päälähteenä on vuodelta 1389 oleva MS 3227a, joka myös tunnetaan nimillä ”Nürnberg Hausbuch” tai ”Hanko Döbringer Fechtbuch” ja siitä lähinnä bloßfechten, eli haarniskoimattoman miekkailun osuus.

Tämä on miekkailumestari ja pappi Hanko Döbringerin kirjoittama selvitys 1300-luvun osin myyttisenä näyttäytyvän suurmestari Johannes Liechtenauerin (kuva 5) miekkailuopista. Oppi hallitsi saksalaisen miekkailun manuaaleja 1300-luvun lopulta 1500-luvun lopulle saakka. Liechtenauer piilotti koamansa satoja vuosia vanhan salaisen miekkailuoppinsa kryptiseen runoon, Zetteliin, jota myöhemmät kirjoitukset ovat selventäneet. Nürnberg Hausbuchin miekkailuoppi on vanhin tunnettu Zetteliin liittyvä teksti ja siten Liechtenauerin tradition ensimmäinen kirjallinen lähde (liite 1). (MS 3227 1389, 13v; Tobler 2006 2; 2010, 5–10, 53; 2011, 2; 2015, 2.)

Nürnberg Hausbuchin lisäksi toiminnan lähteenä ja elävöittäjänä käytössä on Liechtenauerin Zettelin Von Danzig Fechtbuchista löytyvä version vuodelta 1452. Tärkeä käytännön toteutuksen historiallinen lähde on myös pappi ja miekkailumestari Hans Lecküchnerin kirjoittama Kunst des Messerfechtens.

Lecküchnerin manuaali on laajin tunnettu keskiaikainen miekkailuteos. Teoksen teksti ja kuvitus ovat systemaattisempia kuin missään muussa Liechtenauerin tradition lähdeteoksessa. Vaikka se keskittyy ainoastaan messeriin, yksiteräiseen hieman käyrään yhden käden miekkaan, ovat sen opit sovellettavissa monille muillekin välineille. (Forgeng 2015, iv, xxi; Tobler 2010, 5, 9, 93–104, 200.)

Saksalaisen miekkailun lähteiden lisäksi on ohjauksessa käytössä myös italialaisen Fiore dei Liberin 1300-luvun lopulla kehittämä Armizare-miekkailuoppi. Sen alkuperäislähteenä on hänen vuonna 1409 kirjoittamansa Fior di Battaglia. (Charrette 2011, 3.)

Historiallisten lähteiden lisäksi ohjauksessa oli käytössä niiden pohjalta koostamiani harjoituksia, jotka perustuvat Liechtenauerin viiteen ydinsanaan, viiteen mestarilyöntiin ja 12 päätekniikkaan. Vesterinen 2015-11-25.)



Kuva 6. Lyöntiharjoitus: Ylälyönti oikealta olalta kohti vastustajan päätä.
(Kuva: Vesterinen 2018)

Liechtenauerin varoasennot (ochs, pflug, vom tag ja alber) olivat käytössä, joskin osallistujien liikerajoitteiden vuoksi jätimme ochsin pois heti alussa. Lyönneistä olivat käytössä helposti hahmotettava oikealta olalta lähtevä oberhaw (kuva 6) ja sen kanssa ensilyönnin ja jälkilyönnin periaate (vorslag, nachslag). Niin ikään vastustajan liikettä seuraavan hyökkäyksen (nachreisen) periaate käytiin läpi perusmuodossaan, eli oberhawsta lähtevää vastustajan ohilyöntilinjaa seuraava vastahyökkäys. Viidestä mestarilyönnistä käytimme vain raivolyöntiä (zornhaw), joka oli helppo opettaa oberhawin perään. Liechtenauerin opissa korostuvaa kärjen käyttöä harjoiteltiin myös pistohyökkäyksillä, vastapistolla sekä torjunnoissa (zornhaw ort) ja vastahyökkäyksissä yksinkertaistetusti roikkuvien asentojen, kääntämisen ja vastapistojen (hengen, winden ja absetzen) periaatteiden mukaisesti.

Fülen, oppi heikosta ja vahvasta on siinä määrin vaikea asia, että siihen tutustuttiin vain suppeasti. Selvitimme miten vahva torjuntalyönti sivuun mahdollistaa jatkohyökkäyksen vastustajan aseensa toiselta puolelta joko yläkautta kierron (abnehmen) tai taakse vetämisen (zucken) avulla. Opin mukaan vastustaja jaetaan neljään maaliin eli kohteeseen, joihin hyökkäys suunnataan. Ohjattavien hahmotus- ja liikkumisrajoitteiden vuoksi käytössä olivat nyt pääosin vain ylämaalit, eli vyötäröstä ylöspäin kehon oikea ja vasen puolisko. Taistelun eri vaiheet eli lähestyminen, taistelu ja vetäytyminen (zufechten, krieg ja abzug) tulivat esille sparratessa (liite 1).

Historialliset lähteet tulivat esille myös laajemmin käsiteltäessä miekkailua, sparripeleissä ja elävöittäessä tilanteita lainauksilla Liechtenauerin Zettelistä, Fiore dei Liberin Fior di Battagliaista ja erityisesti Codex Döbringerin ja Hans Lecküchnerin usein varsin värikkäistä ja eloisista teksteistä. Ohjaajat käyttivät paljon historialliseen miekkailuun pohjautuvaa näyttämötaistelua erilaisten miekkailutilanteiden esittämisessä, joista usein tehtiin hieman ”showta” tilanteiden elävöittämiseksi. Ohjaajilla oli käyttöä näyttämötaistelutaidoille myös sparrissa ohjattavien kanssa. Ohjattavien fyysisten rajoitteiden vuoksi heidän lyöntivoimansa oli usein heikko, ja ohjaajien oli esitettävä todellista suuremman voiman vaikutusta esimerkiksi hyökkäys- ja torjuntalyönneissä. Lisäksi pieni eläytyminen ja ”showmeininki” myös viihdytti ohjattavia ja rentoutti tunnelmaa sparratessa.

2.4 Seikkailukasvatus työmenetelmässä

Tässä opinnäytetyössä Liechtenauerin oppia tarkasteltiin seikkailukasvatuksen näkökulmasta. Seikkailukasvatuksen avulla opittavat taidot voidaan jakaa kolmeen alalajiin: kovat taidot, pehmeät taidot ja metataidot. Rajat taitoluokituksien välillä ovat häilyviä ja niihin voi suhtautua monesta näkökulmasta. Jaottelu helpottaa taitojen oppimisen käsittelyä, kun luodaan yhteyksiä toiminnallisesta oppimisesta arjen taitoihin. Kovat taidot ovat helposti mitattavissa olevia teknisiä taitoja. Pehmeät taidot ovat mitattavissa olevia taitoja, jotka liittyvät kognitiiviseen toimintaan. Metataidot ovat vaikeimmin määriteltävä taitojen osa-alue. Ne liittyvät asioiden ja kokemusten integrointiin ja soveltamiseen. Ryhmätoiminnassa koettujen ja opittujen asioiden soveltaminen omassa arjessa on tärkeä metataito. Seikkailukasvatuksellisen toiminnan tärkeimpänä tarkoituksena onkin tuottaa ohjattavalle positiivisia oppimiskokemuksia ja tunne-elämyksiä, joista ohjattava ottaa oppia elämäänsä. (Kivelä ja Lempinen 2009, 20,66–67; Marttila 2016, 6.)

Seikkailukasvatuksen suunnittelussa ovat mukana päämäärien asettaminen, menetelmien valinta ja tulosten arviointi. Käytännön toiminnassa on olennaista seikkailullisen tilanteen vaikutusten kokonaisvaltaisuus. Vaikutus kohdistuu yhtä aikaa toimintaan (motoriset tuntemukset), tunteisiin (psykkinen prosessi) ja tietämiseen (sosiaalis-emotionaaliset tunteet). (Tieteen termipankki s.a.)

Seikkailukasvatuksessa ihminen laitetaan osallistumaan tilanteeseen, joka haastaa ja vaatii häntä löytämään itsestään uusia puolia. Tavoitteena on kokonaisvaltainen toiminnallinen ja osallistava kokemus tai elämys, jossa ovat mukana sekä keho, tunne että mieli. Mukana on aina jokin arkielämästä poikkeava elementti, joka on usein ympäristö. Seikkailukasvatuksessa oppiminen on prosessimaista ja sosiaalista ja siinä on mukana kokemuksen merkitystä selkeyttävä reflektiivisyys. Seikkailukasvatuksessa toiminnalle on olemassa myös tavoite, joka voi liittyä esimerkiksi virkistykseen, koulutukseen, kasvatukseen tai terapiaan. (Seikkailukasvatus s. a.)

Toimintojen tulee olla riittävän vaativia ja intensiivisiä, jotta ne ottavat haltuun ohjattavan huomion. On myös tärkeää, että ohjattavat kokevat toiminnan tärkeäksi ja merkitykselliseksi. Uuden oppimisen kannalta motivaatio on olennaista. Tässä yhteydessä motivaatio voi löytyä kiinnostuksesta miekkailuun, kamppailulajeihin, liikuntaan yleisemmin tai historiaan. Motivaatio voi myös löytyä enem-

män ulkoisista syistä, kuten elokuvat, tv-sarjat, kirjallisuus, sarjakuvat ja nuorten kohdalla yhä laajemmin tietokonepelit. (Gass 1996; Kulmala 2010 Windsor 2004, 2.)

Toiminnan tuottamien tehtävien ratkaisemiseen eivät tavanomaiset arkikäytännön menettelytavat auta. Oppimiskokemusten tulee olla luonteeltaan positiivisia, jotta toiminnalla saadaan aikaiseksi positiivinen siirtovaikutus, transfer, osallistujan elämään. Itsetunto rakentuu pitkälti sen mukaan, millaiseksi koemme itsemme. Onnistumisen kokemukset toimivat itsetuntoa ja minäkuva vahvistavina tekijöinä. Pienetkin onnistumisen kokemukset rakentavat ihmisen itseluottamusta, uskoa omaan kykyihin ja siihen, että hän on ainutlaatuinen, arvokas ja osaa paljon asioita. (Gass 1996; Kulmala 2010; Marttila 2016, 6.)

Yhdessä tekeminen, yhteinen suunnittelu ja toiminnan analysointi korostavat osallisuutta, sanallista ja sanatonta vuorovaikutusta ja reflektiivisyyttä. Toiminnassa ohjattava joutuu voittamaan itsensä, tekemään ”riskialttiita” päätöksiä, etsimään vaihtoehtoja ja ratkaisemaan ongelmia luovuutta käyttäen, oppien reflektiivisesti onnistumisista ja epäonnistumisista. Toiminta vahvistaa myönteistä minäkuva ja käsitystä itsestä toimijana.

2.5 Teoria miekkailulliseen seikkailukasvatukseen

Tavoitteiltaan ja vaikutuksiltaan miekkailun käyttö seikkailukasvatuksessa ei sinänsä poikkea normaalista seikkailukasvatuksesta. Sen tarjoama konteksti, kuten historiallisuus, realismi, välineet, estetiikka ja liikunnan ja monimutkaisten älyllisten haasteiden yhdistelmä ovat kuitenkin erilaisia kuin seikkailukasvatuksessa yleensä.

Miekkailun ohjauksessa edetään ohjattavan ehdoilla, osin etenemistavoista yhdessä neuvotellen. Toiminta asetetaan ohjattavalle sopivalle vaikeusasteelle, jotta se olisi riittävän haasteellista, muttei liian vaikeaa hänen taidoilleen. Ohjattavan kykyä ei myöskään pidä aliarvioida.

Toiminta painottuu tekemiseen, jossa prosessi on tärkeämpi kuin lopputulos. Toiminta tuottaa ohjattaville iloa, helpotusta, huojennusta, rentouttaa ja virkistää, antaa osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksen ja lisää itsetuntemusta. Miekkailutoiminnassa korostuu merkittävästi vastuullisuus sekä itsestä, että toimintakumppanista. Toiminnasta annettava palaute on myönteistä, mutta samalla rehellistä ja todellista. Varsinaisen seikkailukasvatuksen siirtovaikutuksen lisäksi toiminta avaa myös välittömiä käytännön työn toteutuksen mahdollisuuksia. Toiminnan ohessa ohjaajan ja ohjattavan keskustelu on vähemmän pakonomaista. (Seikkailukasvatus 3/96, 26–27; Marttila 2016, 6.)

Keskustelu on helppo aloittaa ohjaustoimintaan liittyvistä neutraaleista asioista. Yhteinen tekeminen ja toiminnallisista vaikeuksista selviäminen erilaisissa tilanteissa, jännitys, onnistumisen ilo, yhteisten tilanteiden läpikäynti ja miellyttävät muistot jälkikäteen luovat ohjattavan ja ohjaajan välille tunnesidettä, joka auttaa eteen tulevien esteiden voittamisessa. Toiminnan jälkeen päästään helposti, voimaantuneessa, avoimessa ja rennossa olotilassa keskustelemaan myös asiakkaan mahdollisista

konkreettisista haasteista, joita ohjaaja hänen kanssaan pyrkii työssään ratkaisemaan. (Alhainen 1996)

Varsinainen miekkailun opettaminen tapahtuu rennolla otteella olennaiseen keskittyen. Ohjattavalla on mahdollisuus kokeilla toteutusideoita ja löytää sitä kautta itse erilaisia ongelmakohtia. Ohjattavalla ei saa vaatia liikaa, sillä hän kykenee ottamaan vastaan vain rajallisen määrän uutta asiaa kerrallaan. Alussa riittää hyvin, että tekeminen menee ”sinne päin” ja että ajatus tekemisestä on oikean suuntainen. Ohjaajan on olennaista kertoa, mikä menee hyvin, sillä positiivinen palaute vapauttaa aivoja toimimaan. Miekkailua ei tule ottaa liian vakavasti. Olennaisempaa on, että harjoittelu on hauskaa. (Vesterinen 2015-11-12, 3–4, 7.)

Miekkailullinen seikkailukasvatus on työmenetelmänä yhtenäinen seikkailukasvatuksen periaatteiden kanssa. Toiminta on kokonaisvaltaista ja vuorovaikutuksellista. Se vaatii ja kehittää ohjattavan fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia taitoja. Toiminta edistää sanallista ja sanatonta vuorovaikutusta. Toiminnassa ohjattava joutuu ottamaan riskejä, voittamaan pelkonsa, tekemään päätöksiä, etsimään vaihtoehtoja ja ratkaisemaan ongelmia luovuutta käyttäen, sekä onnistumaan ja epäonnistumaan ponnistellen. Toiminta selkiinnyttää ja auttaa muodostamaan myönteistä minäkuva ja käsitystä itsestä toimijana. (Tiainen 1996)

Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää ja testata miekkailullista seikkailukasvatuksen menetelmää laajemmin sosiaalityössä tukea tarvitsevalle kohderyhmälle, joka tässä työssä on kehitysvammaiset. Yhtä lailla kohderyhmänä voisivat olla sosiaalista vahvistamista tarvitsevat, syrjäytymisvaarassa olevat tai muuten tukea tarvitsevat nuoret tai aikuiset.

3 SUUNNITTELU

Suunnitteluvaiheeseen sisältyi miekkailuharjoitteiden, ohjauksen, tilankäytön, tunnelman luomisen ja toimintaympäristön suunnittelu sekä riskien ja vaaratilanteiden huolellinen ennakkokartoitus.

Hyvään seikkailukasvatukseen ja myös historialliseen miekkailuun, jossa käsitellään aseita, kuuluu kattava turvallisuusnäkemys, jonka tulee heijastua ohjaajan kaikesta toiminnasta. Turvallisuus tulee nähdä laaja-alaisena kokonaisuutena. Turvallisuusajattelu on aina toiminnassa läsnä kattavana ja jatkuvana turvallisuuden arviointina. Siihen kuuluvat myös järjestelmällinen turvallisuussuunnittelu ja riskien analysointi. Fyysisen turvallisuuden lisäksi on hyvin tärkeää huomioida myös ohjattavien psyykkinen ja sosiaalinen turvallisuus.

3.1 Miekkailuharjoitteet

Miekkailuharjoitukset ja niiden ohjaus oli suunniteltu tarkasti etukäteen. Suunnittelussa otettiin huomioon se, mitä toiminnalla tavoiteltiin ja mitä harjoitteissa tulisi tavoitetta tukien huomioida. Ohjattavien taitojen ja valmiuksien tunnistaminen ja tiedostaminen oli tässä tärkeää. Kaikesta huolimatta harjoitukset toivat esiin yllätyksiä. Myös tähän oli varauduttu ennakkoon sopimalla ohjaajien keskinäisestä nopeasta ja vähäeleisestä viestinnästä sekä hahmottelemalla ennakkoon toiminnan aikaisista reflektointia.

Toiminta oli määritettävä ryhmälle ja kullekin yksilölle sopivalle tasolle. Haasteita oli oltava riittävästi, mutta haasteet ja toiminnot eivät saaneet olla liian vaativia, etteivät ne alkaisi ahdistaa ohjattavia. Harjoittelussa edettiin yksinkertaisesta asiasta vaihe kerrallaan vaativampaan ja monimutkaisempaan harjoitteeseen. Intensiteettiä nostettiin asteittain, kun havaittiin, että ohjattavat siihen kykenivät. Asteittaisilla miekkailutilanteiden monimutkaistamisilla ja intensiteetin nostoilla kokonaistilanne säilyi ohjaajien kontrollissa.

Miekkailuharjoitteluun koottiin Liechtenauerin opin perusteita kuten neljä varoasentoa, lyöntejä, pistoja, hyökkäysten torjumista, liikkumista ja etäisyyden hallintaa. Aluksi oli välineharjoittelua yksin ja sen jälkeen tekniikoiden pariharjoittelua siten, että ohjaajat olivat ohjattavien pareina.

3.2 Riskit ja turvallisuus

Riskejä ovat tekijät, jotka vähentävät turvallisuutta tai joiden koetaan vähentävän turvallisuuden tunnetta. Riskit ovat erilaisia ennen toimintaa, sen aikana ja sen jälkeen. Niitä aiheuttavat ihmiset, ympäristö ja itse toiminta. (Kivelä ja Lempinen 2009, 24.)

Riskejä ja vaaratilanteita ennaltaehkäistiin tekemällä ennakkoon riskikartoitukset tavanomaisista liikunnan riskeistä, erillinen riskikartoitus aseiden käsittelystä syntyvistä miekkailun riskeistä sekä kirjallinen turvallisuussuunnitelma. Onnettomuustilanteita varten suunnitelmaan oli kirjattu toimintaohjeet. Suunnitelmassa oli myös olennaiset tiedot ohjattavasta ryhmästä (puhelinnumero, omaisen tie-

dot), toimintapaikasta ja sen sijainnista, riskianalyysit, lähimmän terveyskeskuksen ja sairaalan aukiolot, yhteystiedot ja ajo-ohjeet niihin.

Riskeihin varautumiseen kuuluu olennaisesti myös ensiapulaukku, jota oli täydennetty miekkailuharjoittelua ajatellen. Olen myös suorittanut EAII-kurssin, EAII-kortti oli voimassa ja hallitsen perusensiaputaidot.

Turvallisuudesta ohjaajat huolehtivat omalla toiminnallaan ja ennakoivilla toimilla. Riskejä hallittiin kartoittamalla ennakkoon liikunnasta ja miekkailutoiminnasta aiheutuvat riskit sekä riskit myös liikuntasalin tilankäyttöön liittyen (liitteet 2 ja 3-6). Riskit otettiin huomioon myös toiminnan ennakkosuunnittelussa (liitteet 7 ja 8). Ohjaajilla oli riittävät yleiset ja lajikohtaiset erityiset turvallisuustaidot. He tunsivat lajin lainalaisuuksia ja osasivat tunnistaa lajikohtaiset harjoittelun riskitekijät. Myös ohjattavia vastuutettiin turvallisuudesta.

Fyysisen turvallisuuden lisäksi ohjaajat huolehtivat aktiivisesti myös ohjattavien psyykkisestä ja sosiaalisesta turvallisuudesta. Turvallisen oppimisilmapiirin luominen on yksi ohjauksen tärkeimmistä tehtävistä, sillä sen rakentaminen lisää ohjattavien henkistä ja sosiaalista turvallisuutta. Jokaisen ohjattavan annetaan edetä omaa vauhtiaan omalla haastetasollaan. (Lehtonen, Mäkelä & Pulli 2007, 135–136; Vesterinen 2015-11–12.)

Ohjaajat toimivat esimerkkinä turvallisesta toiminnasta ja ovat myös turvallisuuden ylläpitäjiä. Ohjattavien täytyy pystyä aina luottamaan siihen, että ohjaajat tukevat ryhmää positiivisesti, eikä kenenkään tarvitse pelätä, että ohjaajat lähtisivät ”ottamaan ohjattavilta luuloja pois”. (Kivelä ja Lempinen 2009, 81.)

Miekkailua harjoitellaan ketään vahingoittamatta, kuten muitakin kamppailu-urheilulajeja. Asenteellisesti ohjaajan ja apuohjaajien täytyy pitää mielessään miekkailu nimenomaan liikuntaharrastuksena. Kaikenlainen väkivaltavitsailu on ohjaajilta kokonaan kielletty. Ohjattavat saattavat miekkailun ohjauksessa tuoda esille ”turpaan vetämisen” huulenheittoa, mutta ohjaaja ei saa siihen itse syyllistyä (Kivelä ja Lempinen 2009, 80, 81.).

Miekkailuun ei voi suhtautua ritarileikkinä. Koska toiminnassa käsitellään aseita ja vaikka ne ovat turvallisemmaksi muokattuja harjoitusvälineitä, aiheuttavat ne väärin käsiteltynä fyysisten vammojen riskejä, jotka tulee ottaa vakavasti. Ohjaajalla tulee miekkailussa olla riittävä kokemus ja tietämys olosuhteista, joihin hän ryhmän vie, jotta hän osaa huolehtia ryhmän turvallisuudesta.

Miekkailun riskienhallintaa auttavat ennakoiva asenne, miekkailuharjoitteiden ennakkosuunnittelu ja riskikartoitukset. Toiminta luokiteltiin vaativuuden mukaisiin tasoihin kohderyhmä huomioiden: helppo, normaali, vaativa, erittäin vaativa ja liian vaativa. Luokittelussa huomioitiin, että toiminnan varsinaisena tarkoituksena ei ole niinkään opettaa ohjattavia miekkailemaan, vaan tarjota miekkailuun liittyviä elämyksiä. Tämän vuoksi suoritusten miekkailullinen vaatimustaso ei ollut korkea.

Suunnittelussa varauduttiin siihen, että sparraus ja ”kaksintaistelut” saattaisivat olla osalle ohjattavia henkisesti liian vaativia ja niiden vapaaehtoisuutta korostettiin selkeästi.

Kohderyhmä huomioiden harjoittelu katsottiin turvallisemmaksi toteuttaa historiallista miekkailua varten kehitetyillä synteettisillä harjoitusmiekoilla, jotka ovat teräksisiä miekkoja merkittävästi turvallisempia taitamattomissa käsissä.

Harjoittelussa on huomioitava aseiden ulottuvuus. Paikallaan seistenkin pitkämiekan ulottuvuus sivulle on noin kaksi metriä. Yksilöharjoittelussa ohjattavat sijoitetaan aseiden ulottuvuus huomioiden riittävän kauaksi toisistaan siten, että ohjaajalla on suora näkyvyys jokaiseen ohjattavaan (liite 3).

Pariharjoittelussa harjoitusparit sijoitetaan turvallisen etäisyyden päähän toisistaan. Kun pääohjaaja on mukana pariharjoittelussa, hänen parinsa paikka on salissa keskeisellä paikalla, jotta ohjaaja voi seurata muiden harjoitusparien toimintaa (liite 4).

Riskinä miekkailussa ovat mm. käsiin, kyynärvarteen ja kyynärpäähän tulevat kolhut. Näiden välttämiseksi toiminta tulee muokata ohjattavien kykyjen määrittelemälle tasolle. Varusteissa varauduttiin siihen, että tarvittaessa ohjattavien suojarustetasoa voitiin nostaa käsien, kyynärvarsien ja kyynärpäiden osalta.

Miekkailuun liittyvät vaarat ja uhat pyrittiin tunnistamaan ennakkoon ja luokittelemaan ne esiintymisen todennäköisyyden ja seurausten haitallisuuden mukaisesti. Ohjaajan pitkä kokemus miekkailun ohjaajana erilaisissa ympäristöissä ja erilaisille kohderyhmille auttoi miekkailuun liittyvien erityisten riskien luokittelua ja hallintaa (liite 5).



KUVA 7. Kuva tekijän vetämistä Savon Miekka ry:n Avoimista harjoituksista 26.4.2014 petroskoilaiselle nuorisoryhmälle osana EU:n Youth in Action-ohjelmaa ja tekijän 2013-2014 toteuttamaa Miekka mielessä -nuorisoprojektia. (Vesterinen 2014-05-22, Kuva: Hyvärinen 2014)

3.3 Riskianalyysit

Toiminnan toteutuksessa käytettävät tilat tarkistettiin etukäteen ja varmistettiin, että ne soveltuivat toiminnan sisältöön. Käytössä olevaa tilaa käytettiin muuhunkin toimintaan kuin liikuntatilana, ja riskikartoitus tilasta oli erityisen tärkeää. Ohjauksessa käytettävät miekat ja suojavarusteet sekä muut apuvälineet analysoitiin riskien näkökulmasta. Normaalit liikunnan riskit, kuten kaatuminen, ovat myös läsnä miekkailussa (kuva 7).

Riskianalyysien avulla huomioitiin riskit ennakkoon, arvioitiin niiden todennäköisyyttä ja varauduttiin niihin ennakkoon. Liikunta- ja miekkailuriskit käsiteltiin erillisissä riskianalyyseissä (liitteet 5 ja 6). Riskit luokiteltiin merkityksettömiin, vähäisiin, kohtalaisiin, merkittäviin ja sietämättömiin. Niiden todennäköisyys oli luokiteltu vähäiseksi, kohtalaiseksi tai suureksi.



Kuva 8. Miekkailumaskeja "varustevarikolla". (Kuva: Mika Vesterinen)

3.4 Tilankäytön suunnittelu

Miekkailutilan käyttö oli ennakkoon suunniteltu turvallisuuskulmasta (liite 2). Tilan toisessa reunassa, lähellä sisään tuloa olivat omat alueet sekä ohjaajien että ohjattavien laukuille, varusteille yms. Sisääntulon luokse tunnelman korostamisen sekä myös valvonnan vuoksi oli näkyville paikoille sijoitettu "Varustevarikko" ja "Asevarikko" (kuva 8).

"Varustevarikolle" oli sijoitettu kaikki ohjattaville lainattavat miekkailumaskit ja tarvittavat muut varusteet. Ohjattavat saivat käsitellä, sovittaa ja käyttää tarvitsemaansa suojavarusteita ohjaajan luvan saatuaan omatoimisesti, ja heitä autettiin varusteiden kanssa aina kun siihen ilmeni tarvetta.

"Asevarikko" oli tilan kontrolloitu alue. Aseisiin koskeminen ilman ohjaajan lupaa oli kokonaan kielletty. Aseet jaettiin ohjaajan valvonnassa vasta siinä vaiheessa, kun niitä harjoittelussa tarvittiin. Harjoittelun päätyttyä aseet palautettiin välittömästi takaisin "Asevarikolle".

Keskeisellä paikalla tilassa oli pöytä, jolle sijoitettiin soitin, aiheeseen liittyvää näyttävää kirjallisuutta sekä ryhmän säännöt. Tämän tilan vieressä syvemmällä salissa oli varsinainen miekkailualue, tyhjä liikuntasali, jossa ei ollut ylimääräisiä esineitä yms.

4 TOTEUTUS

Opinnäytetyö oli projektimainen ja toteutettiin toiminnallisina ohjauskertoina. Yksi ohjauskerta kesti 1,5-2 tuntia, jonka olen vuosikymmenen miekkailuohjauksen kokemuksellani havainnut tehokkaimmaksi ohjausajaksi. Tuon ajan ohjattavan kunto yleensä kestää ja miekkailussa olennainen ajatustyö pysyy hyvin mukana. Varsinaisen miekkailuohjauksen lisäksi aikaa varattiin kiireettömään keskusteluun.

Projektin toteutusta varten tehtiin projektisuunnitelma prosessikaavioon (liite 7), joka kattoi kaikki ohjattavien kohtaamiset. Suunnitelma sisälsi viisi ryhmänohjauskertaa ja päätöstilaisuuden. Prosessikaavioon kirjattiin suunnitelma siitä, mitä miekkailuoppeja kullakin ohjauskerralla oli tarkoitus käsitellä ja millä välineillä miekkailua toteutetaan. Ohjattavat saivat projektin aikana käsityksen siitä, minkälaista miekkailua keskiaikaisilla opeilla on. Varsinainen miekkailun syvällinen oppiminen ei ollut olennaista, eikä se käytettävissä olevassa ajassa olisi ollut mahdollistakaan. Itse miekkailun opetteluun sijaan projektissa oli tavoitteena ennen kaikkea elämyksen tuottaminen.

Minulla oli tarkoitus tavata kaikki osallistujat henkilökohtaisesti ennen varsinaista toimintaa. Ajatus oli siten madaltaa ohjattavien ennakkojännitystä ja samalla muodostaa jonkinlainen kuva ohjattavien henkisestä ja fyysisestä toimintakyvystä, joka osoittautuikin toteutuksen yhteydessä hyvin kirjavaksi. Toivomani ennakkotapaamiset eivät toteutuneet, koska ryhmä saatiin kokoon vasta juuri ennen toiminnan alkua. Lähtökohtana oli siis lyhyt ja tiivis elämystoiminta, jossa ohjattavat eivät olleet entuudestaan tuttuja. Taustatiedot ohjattavista olivat hyvin rajalliset, ja heidän erilaiset rajoitteensa ilmenivät usein vasta itse ohjaustilanteissa.

Kunkin ohjauskerran kohdalla oli projektikaaviossa suunniteltu ohjauskerran aloitus, miten tunnelmaa rakennetaan, minkälaiset sosiaaliset tavoitteet ohjauksessa on, minkälaisia välineitä on käytössä, ja mitä miekkailuoppeja kulloinkin käsitellään.

Toimintasuunnitelma eli ja muuttui ohjattavilta saadun palautteen ja reflektion kautta. Ohjattavat osallistuivat toteutuksen suunnitteluun, sillä toteutuksessa kuunneltiin ohjattavien toiveita. Tämä korosti ohjattavien osallisuutta sekä ohjattavien ja ohjaajan tasavertaisuutta. Ohjauskerrat muokkautuivat edeltävien kertojen reflektion perusteella.

Yksittäinen ohjauskerta muodostui aloituksesta, miekkailuvaiheesta ja lopetuksesta. Alkutervehdys toimii kamppailulajiharjoittelussa selkeänä kokoontumisen aloittamisen merkinä. Näin kenellekään ei jää epäselväksi toiminnan alkaminen. (Kivelä ja Lempinen 2009, 67; Savon Miekka s. a. a, s. a. b.).

Alkutervehdys oli muokattu kohderyhmälle siten, että se tapahtuu aseettomasti. Ohjattavat saivat aseet haltuunsa vasta siinä vaiheessa kun harjoittelu sitä vaatii. Jokaisella ohjauskerralla kerrattiin turvallisuussääntöjä ja aseiden käsittelyn ohjeita.

Toiminta alkoi kevyellä alkulämmittelyllä, jonka ohessa käytiin kevyttä alkukeskustelua tunnelmista ja odotuksista. Alkulämmittelyn jälkeen ohjattavat saivat aseet, ja varsinainen miekkailuvaihe alkoi. Miekkailuvaiheeseen varattiin aikaa myös miekkailuun liittyvään pohdintaan. Miekkailu päättyi aseella tehtävään miekkatervehdykseen, jonka jälkeen ohjattavat palauttivat aseet ”asevarikolle”, sekä sen jälkeen suojavarusteet ”varustevarikolle”.

Miekkailun jälkeen varattiin aikaa loppukeskustelulle. Loppukeskustelu sisälsi kiireetöntä kokemusten purkamista, reflektointia ja seuraavan ohjauskerran suunnittelua.

4.1 Kehitysvammaisten osallisuuden vahvistaminen

Opinnäytetyössä lähtökohtana oli kehitysvammaisten oikeus harrastamiseen ja osallisuuteen. Projektissa pilotoitiin kehitysvammaisille toimintaa, joka on keskivertokansalaisellekin erikoinen ja jopa eksotinen. Ohjattavat pääsivät kokeilemaan jotain erilaista, josta useimmilla ihmisillä ei ole tietoa tai on vain hämäriä mielikuvia. Tämä vahvisti ohjattavien kokemuksen merkitystä ja osallisuutta. Osallisuus ei ollut pelkästään oikeuksia. Siihen kuului myös työmenetelmässä korostuva vastuu muista ja muiden osallisuudesta, sillä harjoituskumppanien turvallisuus oli yksi ohjauksen olennaisia teemoja.

Ryhmän muodostaminen projektin alkupuolella oli merkittävä osa osallisuuden vahvistamista. Osallisuuden kokemus korostui lämminhenkisessä päätöstilaisuudessa. Osallisuus on sosiokulttuurisen innostamisen keskeisiä kulmakiviä ja sen edellytyksenä voidaan pitää yksilön kuulumista yhteisöön. Tämä ilmenee yhteisöön kuulumisen tunteena ja kokemuksena siitä, että on sidoksissa ympäröivään maailmaan (Karjalainen, Kuivakangas, Kyrölämpi ja Rimpiläinen 2012, 27).

Vaikka miekkailullisen seikkailukasvatuksen toimintamalli perustuu kamppailulajiin, ei kehitysvammaisuus ole este siihen osallistumiseen. Ohjaustoiminta muokattiin kohderyhmälle sopivaksi. Ohjauksessa otettiin huomioon ohjattavien mahdolliset oppimisvaikeudet. Huomioitavia seikkoja ovat kielelliset erityisvaikeudet sekä hahmottamisen, tarkkaavaisuuden ja toiminnanohjauksen tai motoristen ongelmien erityisvaikeudet (Kivelä ja Lempinen 2009, 45).

4.2 Yhteistyökumppanit ja kohderyhmän kuvaus

Toimeksiantaja oli kuopiolainen Savon vammaisasuntosäätiö (SAVAS), joka kehittää ja tarjoaa asuminen- ja päivätoimintapalveluja tukea tarvitseville henkilöille, lähinnä kehitysvammaisille ja autismin kirjon henkilöille. Yhteyshenkilönä Savaksessa toimi palvelujohtaja Sari Kokkonen. (savas.fi s.a.)

Kohderyhmä opinnäytetyölle löytyi Savaksen kautta. Toivoin projektiin ennakkoon suhteellisen toimintakykyisiä ohjattavia, jotta saisin mahdollisimman paljon kokemusta ja palautetta pilottiryhmältä. Ryhmän valinnassa tulee huomioida myös se, että ryhmäläisellä on mahdollisuus hyötyä toiminnasta (Kivelä ja Lempinen 2009, 61).

Osallistujien hankkimista helpottamaan tein mainos- ja tiedotehtisen jaettavaksi potentiaalisille osallistujille ja heidän huoltajilleen (liite 9). Kehitysvammaisten ohjaaminen miekkailussa on haasta-

vaa ja tämän vuoksi ryhmän koko oli määritelty muutamaan osallistujaan. Savas kokosi ohjattavan ryhmän, neljä kehitysvammaista. Ryhmän koolla on suuri merkitys toiminnan onnistumiseen. Ryhmäkoon kasvaessa yksilön oma yrittäminen vähenee ja motivaatio laskee (Eskelinen 2012, 8).

Osallistujien rajoitteet olivat hyvin erilaisia. Asiakas A:lla oli hyvin suuria ongelmia hahmottamisessa ja jonkin verran tasapainon ja jalkatyön osalta, mutta hän oli hyvin innokas ja suhtautui toimintaan erittäin positiivisesti. Asiakas B ei pystynyt kommunikoimaan puheella eikä juuri ilmeillääkään, vain nyökkäyksin ja pään pudistuksin, mikä tuli ohjaajille yllätyksenä. Hänen tunnetilojensa lukeminen oli aluksi erittäin vaikeaa, mutta helpottui, kun häneen tutustuttiin paremmin. Hän oli asiakas A:n tavoin hyvin motivoitunut.

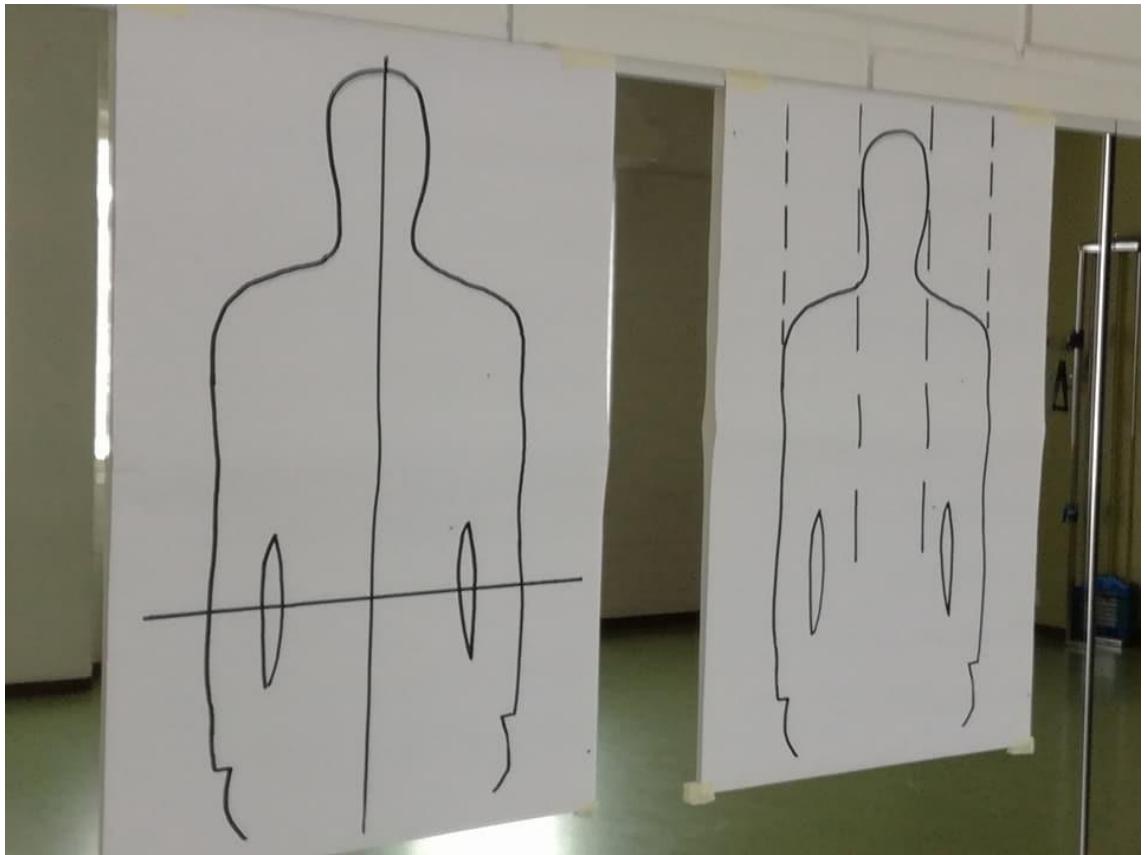
Asiakas C oli alusta lähtien jännittynyt ja jopa pelokas. Vaikutti siltä, että osallistuminen ei ollut täysin hänen oma valintansa. Miekkailu osoittautui pian Asiakas C:lle henkisesti liian vaikeaksi, vaikka hänellä oli mukanaan myös henkilökohtainen avustaja. Ahdistus esti häntä hahmottamasta asioita, kuten esimerkiksi liikuttamasta käsiä ja jalkoja yhtä aikaa. Se myös häiritsi kommunikointia hänen kanssaan.

Asiakas D:llä ei ollut lainkaan fyysisiä rajoitteita. Häntä voisi kuvata jopa liikunnalliseksi lahjakkaaksi. Hänen mielialansa ja kiinnostus toimintaan taas vaihteli erittäin radikaalisti, riehakkuudesta täydelliseen sisäänpäin kääntyneeseen apatiaan.

Ryhmätoiminnan lähtökohdat ovat merkittävästi paremmat, jos ryhmäläinen osallistuu motivoituneena ja omasta tahdostaan. Tämän vuoksi riittävän toimintakyvyn lisäksi olennainen kriteeri ryhmään mukaan tuloon on motivoituminen ryhmätoimintaan. (Kivelä ja Lempinen 2009, 61.) Tässä suhteessa alkuperäinen ryhmä oli hyvin kaksijakoinen. Asiakas C:n ja D:n motivaatio aiheeseen ei ollut riittävä ja Asiakas C:n kohdalla oma tahtokin oli epäselvä. He molemmat jäivät pois yhden kokeilukerran jälkeen. Selkeä ryhmähenki rakentui Asiakas A:n ja B:n kohdalla, jotka olivat alusta lähtien erittäin motivoituneita miekkailusta.

Kulttuurikilta Schranken ry varasi ja kustansi liikuntatilat, lainasi välineistöä ja antoi henkilöstöapua työn toteutukseen. Savon Miekka ry lainasi miekkailumaskeja ja varusteita.

Toimintaa tallennettiin valokuvin sekä Savaksen että omaan käyttööni. Opinnäytetyön sivutuotteena saattaa syntyä myös teemaan liittyvä ohjaajan opas sekä aihetta käsitteleviä artikkeleita. Opinnäytetyön tekijänä omistan opinnäytetyön mahdollisten tuotosten tekijänoikeudet. Myöhemmässä vaiheessa selvitetään mahdollisesti tarvittavat suojaus- ja tekijänoikeudet.



KUVA 9. Esillä olleita opetuskaavioita. (Kuva: Vesterinen 2018)

4.3 Toimintaympäristön ja tunnelman rakentaminen

Ensimmäiset kaksi ohjauskertaa, jossa ryhmä muodostettiin, loivat henkistä ja fyysistä toimintaympäristöä, tekivät miekkailuteeman näkyväksi ja tutustuttivat ryhmäläisiä toisiinsa. Keskustelu oli helppo aloittaa miekkailun ohjaustoimintaan ja välineisiin liittyvistä asioista. Tällä aloitusjaksolla ohjattavat kuulivat ennakkotietoa siitä, mitä miekkojen kanssa tehdään, minkälaisia miekkailullisia asioita ohjauksessa tullaan käymään läpi ja minkälaisia vaihtoehtoja toiminnassa on tarjolla. Tiedot lievensivät ohjattavien ennakkojännitystä ja lisäsivät ohjattavien sisäistä turvallisuutta.

Ryhmätoiminnassa tila otettiin tietoisesti haltuun niin fyysisesti kuin emotionaalisestikin. Käytössä oleva liikuntasali toimi ryhmän tilapäisenä kotina, johon yhdessä olo keskittyi. Tila jaettiin selkeisiin alueisiin, jotka ovat helposti tunnistettavissa (liite 2). Tilankäytön rakenne toimi niin tunnelman luoja- ja osana turvallista toimintaa. Tilan käytössä oli huomioitu varusteiden ja aseiden keskeinen ja näkyvä sijainti. Keskeisimmällä paikalla salissa oli pöytä, joka oli tavallaan ryhmän sydän. Pöydällä oli esillä näyttävä historiallisen miekkailun lähde- ja seinällä miekkailun opetuskaavioita (kuvat 9 ja 10).

Osa emotionaalista ryhmään asettumista oli myös ”oman” miekkailumaskin sovittaminen, valinta ja merkitseminen nimilapulla koko projektin ajaksi. Ryhmän jäsenet saivat ottaa vapaasti salista itselleen oman paikkansa, johon laittoivat miekkailumaskinsa, miekkansa ja juomapullonsa. Ohjaaja toi ryhmälle selkeästi ilmi, että sali tuli rakentumaan samalla tavalla ryhmän toiminnan loppuun saakka.

Tämä helpotti saliin kotiutumista ja ohjattavien oman paikan muodostumista sekä lisäsi heidän turvallisuuden tunnettaan seuraaviin ohjauskertoihin.



KUVA 10. Historiallisen miekkailun lähde teos esillä salissa keskeisellä paikalla olevalla pöydällä. (Kuva: Vesterinen 2018)

Esillä olevat välineet olivat merkittävä osa tunnelman luontia (kuva 11). Toiminnassa käytettiin useita erilaisia synteettisiä aseita: pitkämiekkoja, messereitä, sapeleita ja scheibendolcheja. Koristeena ja tutustuttavaksi esillä oli myös teräksisiä aseita: pitkämiekkoja, Paratenschwertejä ja messereitä. Esillä oli muitakin miekkoja kuin mitä harjoittelussa varsinaisesti käytettiin, mm. yhden käden lyömämiekka (1200-luvulta), sivumiekka (1500-luvulta), rapiiri (1600-luvulta) ja sapeli (1700-luvulta). Harjoittelu tehtiin kohderyhmä huomioiden synteettisillä miekoilla, mutta ohjattavat pääsivät käsittelemään myös teräsaseita, jotta he saivat tuntumaa oikeiden miekkojen käytöstä.

Taustalla soiva keskiaikahenkkinen musiikki viritti ohjattavia tunnelmaan. Musiikin vaikutus korostui seuraavilla ohjauskerroilla sen yhdistyessä ohjattavien ajatuksissa ryhmän toimintaan.

Ohjaajien hyvä fyysinen viestintä oli miekkailuohjauksessa yksi tunnelman rakentamisen elementti. Siihen kuului myös esiintymistaito. Ei riittänyt, että asiantuntemus ja asia olivat hallinnassa. Ohjaamisessa oli mukana myös fyysinen viestintä. Tätä viestintää ovat kehon käyttö, innostuneisuus, rauhallisuus, pohtivuus, mielikuvitus, rohkeus ja draamallinen tilanteisiin heittäytyminen (Dunderfelt 2016, 21).

Miekkailu sai lisää jännitettä ja sisältöä, kun se sidottiin historiallisten tarinoiden ja tekstien kautta tarinalliseen teemaan. Tarinalla ei ollut valmista käsikirjoitusta, vaan se liittyi kyseisen hetken miekkailuharjoitteisiin. Ohjaaja ruokki ryhmän mielikuvitusta ja satoi toimintaa käsillä olleeseen historiallisen miekkailun teemaan. Sidokset olivat usein löyhiäkin, mutta silti ne jäntevoittivät toiminnan kaarta. Kun tarina alkoi elää ja kehittyä ryhmän sisällä, ohjaajat käyttivät apunaan myös sitä.

Keskiaikainen, lähinnä saksankielinen miekkailutermistö oli käytössä vain tunnelman rakentajana, ja kaikki todellinen opetus tapahtui suomeksi. Ohjattavilla kehitysvammaisilla oli kielellisten tai hahmotamiseen liittyvien erityispiirteidensä vuoksi hankalaa omaksua historiallista taustatarinaa. Tämän vuoksi historiallisuus ei ollut toiminnassa määräävässä roolissa. Historiaa käytettiin tunnelman, mielikuvien ja ajankuvan luomisessa puheen ja välineiden avulla.



KUVA 11. Esittely- ja harjoitusaseita "asevarikolla". (Kuva: Vesterinen 2018)

4.4 Ohjauskertojen sosiaalisia tavoitteita

Ensimmäiset kaksi ohjauskertaa keskittyivät toiminnan teemojen ja välineiden esittelyyn ja ryhmän jäsenten tutustumiseen toisiinsa. Ensimmäisenä miekkailuteemana oli väkivaltamielleyhtymien käsittely. Miekkailun ja oikean väkivallan yhteys karsittiin pois ja korostettiin kurinalaisuutta. Ryhmälle tehtiin omat kirjalliset säännöt. Eräät turvallisuussäännöt olivat valmiina pohjana, johon ryhmän jäsenet saivat tehdä lisäyksiä.

Kolmannella ohjauskerralla ohjattavat kokivat ryhmän ja ryhmän kotina toimivan tilan jo tutummaksi. Myös miekkailusta heille oli jo syntynyt kokemuksen kautta konkreettisia mielikuvia. Tällöin korostettava asia oli miekkailijan henkinen asenne ja mielenlaatu, jossa olennaisia seikkoja ovat miekan ja harjoitusparin/vastustajan kunnioittaminen ja osallisuus ryhmään. Toinen pääteema oli ryhmään kuulumisen ja tilanteen ainutlaatuisuuden korostaminen sekä ryhmän yhteisen tiedon jakaminen.

Viidennellä kerralla korostui ryhmän ja yhdessä koetun ainutlaatuisuus, ja päätösjuhlissa ryhmän lopettaminen. Juhlissa nousivat esille koetun muisteleminen, ainutlaatuisuus, merkitys ja siirtäminen arkielämään.

4.5 Ohjauskerrat ja osallistujat

Kaikki ohjauskerrat koostuivat aloituksesta, jossa kerrottiin hieman tulevasta toiminnasta, alkulämmittelystä, miekkailuharjoitteista ja niiden välillä olleista tauoista sekä lopetuksesta, jolloin kerättiin ohjattavilta myös kirjallista palautetta. Sekä alkuun että loppuun varattiin aikaa myös juttelulle. Välineinä käytettiin vain muovisia ja synteettisiä harjoitusvälineitä, lähinnä synteettisiä kahden käden pitkämiekkoja ja yhden käden miekoista synteettisiä messereitä ja sapeleita. Käytössä olivat myös synteettiset tikarit ja varsikirveet. Ohjattavat pääsivät myös tutustumaan esillä olleisiin teräksisiin harjoitusmiekkoihin.

Kohderyhmä huomioiden aseiden hallussapito ilman johdettua toimintaa minimoitiin. Ilman ohjaajan lupaa aseisiin koskeminen oli kokonaan kielletty. Alkutervehdys tehtiin aseettomana ja aseet jaettiin ohjattaville vasta siinä vaiheessa, kun niitä tarvittiin harjoittelussa. Miekkailuohjaus päättyi aina aseella tehtävään miekkatervehdykseen. Tämän jälkeen aseet palautettiin välittömästi ohjaajan valvonnassa ”asevarikolle”, minkä jälkeen lainavarusteet palautettiin ”varustearikolle” vapaamassa järjestyksessä.

Ohjattavilla ei ollut ymmärrystä kaikista välineiden aiheuttamista riskeistä, varsinkin kun synteettiset harjoitusaseet eivät ole niin vaarallisen näköisiä kuin teräsaseet. Riskinä oli, että ohjattavat saattaisivat kokea, että ennen ohjaustoiminnan alkua ja sen jälkeen välineitä voisi kokeilla vapaammin ja leikitellä niiden kanssa. Tätä riskiä ennalta ehkäistäkseen ohjaajien oli ohjeistettava ja valvottava ohjattavien toimintaa ennen ohjatun toiminnan alkamista ja sen jälkeen. Jos ohjaajat eivät olisi tilan-

teen tasalla, olisivat ryhmätoiminnan riskitilanteet näissä vaiheissa suurempia kuin varsinaisessa ohjatussa toiminnassa. Turvallisuutta näissä vaiheissa vahvistavat selkeät aseiden käsittelysäännöt ja turvaetäisyydet.

Ohjaajat rakensivat ryhmän sisäistä turvallisuutta sekä ohjattavien luottamusta ohjaajiin positiivisella, rennon kiireettömällä ja kaikkia kunnioittavalla työotteella. Ryhmää ohjattiin myös miekkailussa asenteellisesti oikeaan suuntaan. Miekkailun aloitusvaiheessa käsiteltiin aiheeseen liittyvät väkivaltamielleyhtymät. Ryhmän oli sisäistettävä, että miekkailu on kurinalaisuutta vaativa liikunnan muoto. Miekkailun ja oikean väkivallan yhteys karsittiin pois ja tehtiin selväksi, että miekkailija ei milloinkaan saa syyllistyä väkivaltaan.

Ohjaajat vastasivat turvallisuudesta, mutta myös ohjattavien vastuuta harjoituskumppaneista korostettiin merkittävänä osana miekkailua. Riskien hallinta on osa miekkailun ajatusmaailmaa. Lähestyessään vastustajaa miekkailija ottaa aina riskin, jonka tulisi olla niin hallittu kuin mahdollista. Tätä kautta ohjattavat osallistettiin myös ryhmän turvallisuuden ylläpitämiseen.

Ensimmäisellä ohjauskerralla läsnä oli yksi ohjattava, Asiakas A, ja kaksi ohjaajaa. Meille ohjaajille tilanne sopi hyvin, koska pääsimme tutustumaan yhteen osallistujaan hyvin ja opettamaan hänelle perusteita rauhassa ja ottamaan itse tuntumaa kehitysvammaisen miekkailun ohjauksessa. Asiakas A:lla oli suuria ongelmia hahmottamisessa, ja jonkin verran tasapainon ja jalkatyön osalta, mutta hän oli innokas ja suhtautui toimintaan hyvin positiivisesti. Häneen saatiin hyvä henkilökohmainen kontakti. Miekkailullisesti hän sai käytännössä yksityisopetusta, mikä auttoi häntä parilla seuraavalla kerralla, kun ohjaustyö oli paljon haastavampaa. Ohjauskerralla ehdittiin tutustua peruslyöntiin ja pistämiseen, hyökkäämiseen, hyökkäyksen jälkilyöntiin ja puolustamiseen.

Toisella ohjauskerralla ohjaajia oli läsnä kolme, ja ohjattavia kolme sekä yhden ohjattavan henkilökohtainen avustaja. Ensimmäisellä kerralla mukana olleen Asiakas A:n lisäksi oli kaksi uutta ohjattavaa, Asiakas B ja C.

Asiakas B ei kommunikoinut puheella, eikä juuri ilmeillääkään, vain nyökkäyksin ja pään pudistuksin, mikä tuli ohjaajille yllätyksenä. Hänen tunnetilojensa lukeminen oli aluksi erittäin vaikeaa, mutta helpottui, kun häneen tutustuttiin paremmin. Kommunikoinnissa avuksi otettiin WhatsApp-viestit. Hänen rajoitteinaan olivat myös A:n tapaan hahmottaminen ja lisäksi heikosti toimiva käsien motorikka.

Asiakas C:lle miekkailu osoittautui alusta lähtien henkisesti liian vaikeaksi, vaikka hänellä oli mukanaan oma henkilökohtainen avustaja. Jo miekkailumaskin päähän laittaminen hermostutti häntä, vaikka hänellä olikin kamppailulajitaustaa. Ahdistus esti häntä hahmottamasta asioita, esimerkiksi liikkumasta käsiä ja jalkoja yhtä aikaa. Ahdistus häiritsi myös kommunikointia hänen kanssaan, vaikka maski laitettiin sivuun, kun sen vaikutus havaittiin. Odotetusti hän ilmoitti ennen seuraavaa kertaa jäävänsä pois.

Asiakas C ja hänen ahdistuksensa vei lähes kokonaan toisen ohjaajan huomion. Ohjaajien voimavaroja söi myös kommunikaation kehittäminen Asiakas B:n kanssa. Ohjaajat kokivat ohjauskerran erittäin haastavana.

Kolmannella kerralla ohjaajia oli kaksi. Ohjattavista olivat mukana tutut Asiakas A ja B, sekä jälkijunnassa mukaan ilmoittautunut Asiakas D henkilökohtaisen avustajansa kanssa. Asiakas D:llä ei ollut lainkaan fyysisiä rajoitteita. Häntä voisi kuvata jopa liikunnallisesti lahjakkaaksi. Edellisen kerran Asiakas C:n tapaan miekkailumaski tuntui hänestä ahdistavalta, ja se täytyi lopulta jättää pois. Asiakas D:llä mieliala ja kiinnostus toimintaan vaihtelivat erittäin radikaalisti villistä innostuksesta totaaliin sisäänpäin kääntymiseen. Hän vei lähes kokonaan yhden ohjaajan huomion. Tilanne oli hie- man samantapainen kuin edelliselläkin kerralla, mutta lisäksi tilannetta vaikeutti nyt se, että ohjaajia oli vain kaksi kolmen sijaan.

Miekkailussa käytiin varoasentojen lisäksi läpi samoja asioita kuin kahdella ensimmäisellä kerralla. Eli hyökkäyksiä lyönneillä (vorslag, nachslag) ja niiden torjuntaja (versezen). Lisäksi tutustuttiin ajatuksen vastustajan ase- en kiertämisestä yläkautta (abnehmen) ja taaksepäin vetämällä (zucken). Pist- toilla hyökkäämistä ja puolustamista sekä kevyttä sparria kokeiltiin myös (liite 1). Nyt nähtiin selke- ästi, että Asiakkaat A ja B olivat tosissaan toiminnassa mukana ja suhtautuivat siihen tietyllä vaka- vuudella ja innokkuudella.

Neljännellä kerralla mukana oli vain yksi ohjattava. Asiakas D ja hänen avustajansa peruivat odote- tusti osallistumisensa. Asiakas A oli sairaana, joten ohjattavista oli paikalla vain Asiakas B. Hän sai käytännössä yksityisopetusta ja otti ison askeleen eteenpäin miekkailussa. Hän sai valita välineet, joita käytettiin ja miekkailuoppeja sovellettiin kunkin välineen mukaan.

Viidennellä ja viimeisellä kerralla mukana olivat kaikki kolme ohjaajaa ja innokkaat miekkailijat Asia- kas A ja B. Ryhmähenki oli rakentunut tämän joukon ympärille ja se oli havaittavissa ohjauskerran tunnelmassa. Ohjauskerralla kertailltiin miekkailuoppeja, sparrattiin ja kokeiltiin, miten opit toimivat varsikirveillä.

Viimeinen ohjauskerta sisälsi myös paljon ”kaksintaisteluja” ohjaajien kanssa. Ohjattavat olivat jo tottuneet kevyeen sparriharjoitteluun, mutta harjoitusotteluun lähtö ohjaajan kanssa vaati silti roh- keutta. Ryhmän sisäinen turvallisuus sekä ohjattavien luottamus ohjaajiin olivat kehittyneet siinä määrin hyväksi, ettei askel ”kaksintaisteluihin” ollut ohjattaville kovin suuri. Sparriottelu ohjaajien kanssa tuotti ohjattaville voimakkaita ulospäinkin esille tulleita voimaantumisen kokemuksia.

Viimeisen ohjauskerran jälkeen oli vuorossa ryhmän päätöstilaisuus kotonani. Päätösjuhla rakentui keskiaikahenkisen juhla-illallisen ympärille. Aterian sisältö koostui kanasta ja keskiajalla Euroopassa käytössä olleista aineksista kuten kasviksista, juureksista, yrteistä ja muista mausteista.

Ateria oli ohjattaville sisällöltään ja ulkoasultaan helposti lähestyttävä, mutta samalla elämyksellinen. Keskiaikaa elävöitettiin mm. astiavalinnoilla, kynttilöillä ja musiikilla. Ruokailu tapahtui sormin, veitsiä apuna käyttäen. Leipä toimi keskiaikatyylisiin syötävänä lautasena.

Päätöstilaisuus korosti ryhmän käyneen läpi ja kokeneen jotain merkityksellistä ja muistamisen arvoista. Päätöstilaisuudessa käytiin läpi projektin synnyttämiä ajatuksia, tunnelmia ja muistoja.

4.6 Reflektointi

Toiminnan reflektointi ohjaajan näkökulmasta tehtiin toiminnan aikana, yksittäisen ohjauskerran jälkeen. ohjauskertojen loppuun varattu aikaa kiireettömälle vapaalle keskustelulle, kokemusten purkamiselle, palautteelle, reflektoinnille ja seuraavan ohjauskerran suunnitteluun. Ryhmäläiset esittivät kysymyksiä ja näkemyksiä, ja ohjaajat taas kyselivät heiltä palautetta pohjaksi seuraavaan ohjauskertaan. Yhteinen toiminnallinen tekeminen, joka sisälsi haasteiden voittamista, jännitystä ja onnistumisen iloa loi ryhmään vapautunutta tunnelmaa. Yhteisten tilanteiden läpikäynti ja miellyttävät muistot jälkikäteen rakensivat tunnesiteitä ryhmän sisälle. Tämä auttoi keskinäisen kommunikaation syntyä ja helpotti myös ohjaajia kokoamaan palautetta.

Yksittäistä ohjauskertaa analysoitiin myös suhteessa edellisiin ohjauskertoihin. Jälkikäteen reflektointiin samaan tapaan koko projektia. Arviointi perustui järjestelmälliseen tiedonkeruuseen ja realistiseen ylöskirjattuun tietoon.

Ohjaajat pyysivät ohjattavilta aktiivisesti palautetta ohjauksen edetessä. Ohjattavilta kerättiin palautetta kirjallisena hymynaamapalautteilla, suullisena kaikissa ohjauskerran vaiheissa sekä seuraamalla ohjattavien reaktioita ja kehonkieltä. Palaute vaihteli riemusta ahdistukseen. Ahdistuksen suurin aiheuttaja oli miekkailumaski. Alkuvaiheessa kaikki ohjattavat olivat jännittyneitä uuden asian edessä. Kaksi osallistujaa kävi kokeilemassa kerran ja jättäytyi sitten pois. Asiakas C oli alun perinkin hyvin epäileväinen ja D:n innostus vaihteli paljon. Molempia maskin päässä pitäminen ahdisti. Asiakkaat A ja B, jotka jatkoivat loppuun saakka, olivat alusta lähtien motivoituneita ja kiinnostuneita miekkailusta. He sivuuttivat alkujännityksen nopeasti.

Kun toiminnassa on mukana ohjattavien henkilökohtaisia avustajia, pyydetään myös heiltä palautetta. Yhdeltä ohjattavalta, joka ei pystynyt kommunikoimaan puheella, saatiin palautetta WhatsAppia hyväksi käyttäen.

Ohjaajat tallensivat myös muuta ohjattavien tuottamaa huomioitavaa tietoa ja vaikutelmia, jotka olivat paljon muutakin kuin sanoilla ja selvillä fyysisillä eleillä ilmaistu tieto. Tämä oli erityisen tarpeellista, koska Asiakas B ei kyennyt kommunikoimaan puhumalla eikä juuri ilmeilläkään. Fyysistä tietoa tarjosivat kehon kieli, ulkoinen olemus, reaktiot, satunnaiset eleet, ilmeet, katsekontakti, liikkuminen tilassa ja ohjattavan suhtautuminen itseensä ja muihin ohjattaviin. Intuitiivista tietoa oli kerättävissä

myös sanattomana viestintänä katseessa, olemuksessa ja lauseiden ja jossain määrin Asiakas B:n WhatsApp-viestien painotuksissa. Aktiivisesti tarkkailtaessa sanattoman ja intuitiivisen viestinnän kautta välittyivät merkitykset, tunnetilat ja sisäisen läsnäolon laatu. Intuitiivisen viestinnän kautta välittyi ohjattavilta hyvinkin juhlallisia asioita kuten luottamusta, arvostusta ja kunnioitusta.

Toiminnan ohessa reflektio tapahtui luontevana osana käytännön toimintaa. Näin toimittiin erityisesti siinä suhteessa, miten miekkailutoiminta eteni ohjauskerran aikana. Toiminnan jälkeisessä reflektiossa käytiin ohjaajien kesken tarkemmin läpi koko ohjauskerralla saatu informaatio. Ryhmästä tekemiensä havaintojen lisäksi ohjaajat arvioivat myös omaa toimintaansa. Arvioinnissa verrattiin ohjauskerran toteutuneen ohjelman aiheuttamia reaktioita ja ennakoitua oppimista ja vertailtiin niitä ennalta suunniteltuihin tavoitteisiin.

Projektin kaikki ohjaussuunnitelmat dokumentoitiin kirjallisesti ja toteutuksen ohessa tehtiin reflektiivinen toteutuspäiväkirja (liite 8), johon kirjattiin ohjaajien arviot ohjauksen toteutumisesta sekä kaikki muu koottu palaute. Jatko-ohjausta muokattiin reflektiivisesti koostetun tiedon pohjalta.

Projektikokonaisuutta arvioitaessa selvitettiin projektin saavuttamia tuloksia, vaikutuksia ja vaikuttavuutta. Kokonaisuutta arvioitiin suhteessa alkuperäisiin ja projektin aikana muuttuneisiin ja tarkentuneisiin tavoitteisiin. Arvion pohjasi yksittäisten ohjauskertojen arviointeihin ja kaikkeen ryhmästä ja ryhmäläisistä projektin aikana koottuun arviointitietoon. Ohjaajat arvioivat myös omaa ja toistensa työtä, itse toimintaa, prosessia, keskinäistä yhteistyötä ja muita kokonaisuuteen vaikuttaneita tekijöitä. Arvioinnin avulla tarkasteltiin sekä projektin kehitystä ja tuloksia, tehokkuutta ja laatua, vaikutuksia ja vaikuttavuutta. Selvittävänä oli, mitä reaktioita, oppimista, muutosta ja hyötyä työmenetelmä ohjattaville. Tämän lisäksi selviteltiin myös sitä, mitä projekti opetti ohjaajille. Näitä arviointitietoja käytetään myös hyödyksi työmenetelmän kehittämisessä edelleen.

5 OPINNÄYTETYÖHÖN LIITTYVÄT EETTISET JA LUOTETTAVUUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyössä noudatettiin sosiaali- ja terveystieteiden lainsäädäntöä ja eettisiä ohjeita sekä toimik-
siantajan toimintaohjeita. Ohjattavat säilyttivät anonymiteettinsä ja kaikkia saatuja tietoja käsiteltiin
luottamuksellisesti. Kuvauslupa pyydettiin ennen kuvaamista ja kuvia otettiin myös niin, ettei kuvat-
tava ole tunnistettavissa.

Ohjaukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Savas sai ryhmän kokoon vasta viime tipassa
ennen projektin alkua. Tiukan aikataulun vuoksi suunnittelemani ennakkotapaamiset osallistujien
kanssa jäivät myös toteutumatta ja se synnytti osallistujille ylimääräisiä haasteita. Näin ilmeisesti kä-
vi Asiakas C:lle. Hänestä jäi vaikutelma, että hänet oli paremminkin tempaistu mukaan suostuttele-
malla. Hänen kohdalla osallistuminen omasta tahdosta ei ehkä täysin toteutunut. Ennakkotapaamis-
ten pois jäännistä kärsi ehkä erityisesti juuri Asiakas C.

Asiakas C:n ahdistava kokemus olisi ehkä voitu välttää ennakkotapaamisella. Olisin mahdollisesti
pystynyt tapaamisessa ja välineitä esitellessäni lieventämään hänen kokemaansa ennakkojännitystä
ja ”miekkailumaskikammosa”, tai ainakin hän olisi saanut mahdollisuuden vetäytyä jo siinä vaiheessa,
mikä olisi ollut hänen kannaltaan myönteisempi kokemus kuin projektin keskeyttäminen.

Yllättävää oli, miten hitaasti ryhmän kokoaminen loppujen lopuksi eteni. Aikaa yksilötapaamisiin ei
jäänyt. Tämän tekisin nyt toisin ja lähtisin ehdottomasti kokoamaan ryhmää ennakkotapaamisten
kautta saadakseni motivoituneen ryhmän. Se vaatisi väljempää aikataulua ja esimerkiksi liikuntatilo-
jen varaamista vasta sitten kun ryhmä on koossa.

Työmenetelmän eettisessä käytössä kehitysvammaistyössä oli ensiarvoisen tärkeää, että ohjattavia
kohdeltiin arvostavasti ja yksilöllisesti. Ohjaus oli vuorovaikutuksellista, kannustavaa, turvallista, yk-
silöä huomioivaa ja ohjattavaa kunnioittavaa. Ohjattavien yksilölliset rajoitteet huomioitiin ohjauk-
sessa siten, etteivät ne korostuneet esteinä toiminnan toteutukselle. Ohjattavia kuultiin ja kohdattiin
aidosti. Kunnioitus oli ohjaustilanteen lähtökohta. Kunnioittava ilmapiiri voimaannutti ohjattavaa ja
auttoi häntä löytämään omat voimavaransa.

Eettinen miekkailun ohjaus korosti ohjaajan ja ohjattavien tasavertaista suhdetta. Kaikki perustui
ryhmän yhteistyöhön, jossa kaikilla oli yhtä tärkeä rooli. Toiminta sovitettiin ohjattavien valmiuksiin
sopivaksi ja tuettiin heitä myönteisesti. Ohjaajat muokkasivat miekkailun vaatimustasoa koko pro-
sessin ajan ohjattavien rajoitteet huomioiden, jotta ohjattaville voitiin tarjota positiivisia oppimisko-
kemuksia ja tunne-elämyksiä.

Ohjattavat saivat osallistua ohjaustuokioiden suunnitteluun siitä, mihin suuntaan toiminta etenee.
Vaihtoehtoja olivat esimerkiksi keskittyminen miekkailuun jollain tietyllä välineellä ja opetella sitä
tarkemmin, kokeilla miten opitut opit toimivat erilaisilla aseilla tai tutustua eri välineiden erityispiir-
teisiin. Suunnittelussa varauduttiin myös siihen, että ohjattavat haluaisivat lähestyä aihetta näyttä-
mötaistelun ja populaarikulttuurin näkökulmasta tai luoda live-roolipelimäisiä ”kohtauksia”. Ohjaus-

tuokion jälkeen pyydettiin ohjattavilta palautetta ja pyrittiin suunnittelemaan heidän kanssaan suuntaviivoja seuraavalle ohjauskerralle.

Jokainen ohjauskerta suunniteltiin erikseen kirjallisesti, mutta suunnitelmaa muokattiin tarpeen mukaan toiminnan aikana. Jokainen ohjauskerta arvioitiin jälkikäteen, mm. mikä ohjauksessa onnistui hyvin, mitä kehitettävää löytyi, syntyikö uusia ideoita yms. Ohjattavilta kyseltiin palautetta ja näkemyksiä seuraavan ohjauskerran sisällöstä. Näistä kaikista koostettiin kronologinen raportti, jotta koko projekti tallentui luotettavasti. Opinnäytetyö ja sen toteutuksessa syntyvät raportit eivät sisällä luottamuksellista tietoa.

Prosessi on tallennettu niin yksityiskohtaisesti, että sen voi helposti toistaa uudelle kehitysvammaisten ryhmälle. Sama projekti on myös siirrettävissä lähes sellaisenaan muihin konteksteihin, kuten nuorisotyöhön, aikuisille suunnattuun elämystoimintaan tai harrastepuolella historiallisen miekkailun alkeiskursseihin. Olennainen ero on, että näiden kohderyhmien ohjaamisessa tarvitaan selvästi laajempaa historian ja siihen liittyvien taustatarinoiden käyttöä kuin kehitysvammaisille suunnatussa ohjauksessa. Perusrungolla on mahdollisuus muuntautua moneksi, esimerkiksi lähestymiskulmaa jonkin verran muuttaen pystyisi tuottamaan näytösmiekkailun kurssin.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tavoitteet, prosessin eteneminen ja tulokset noudattelevat välineitä ja toiminnan historiallista sisältöä lukuun ottamatta Tiaisen (1996) ja Marttilan (2016) näkemyksiä seikkailukasvatuksen periaatteista ja menetelmistä. Historiallinen miekkailu, Liechtenauerin miekkailuopit ja keskiaikaiset aseet ovat seikkailukasvatuksessa niin uniikki asia, etten vastaavasta löytänyt tietoa. Yksi tärkeimmistä lähdeeteoksista oli Kivelän ja Lempisen Arki Hallintaan - Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen (2009). Siinä nostettiin kamppailulajien ohjaus ja aseiden käsittely jousiammunnan verran esille nuorten elämystoiminnassa. Näistä yhteyksistä löytyi samansuuntaisia johtopäätelmiä, joihin olen itse opinäytetyössäni päätenyt.

Työnmenetelmä soveltuu hyvin kehitysvammaistyöhön. Olennaista on toiminnan vaatimustason asettaminen kohderyhmälle soveltuvaksi ja vaatimustason muokkaaminen läpi ohjausprosessin eettisesti kestävästi sekä erittäin yksilöllinen ohjaus. Ohjaamisen eettinen johtoajatus on häivyttää ohjattavien kehitysvammaisuus ja lähestyä miekkailua niin että ohjattavien rajoitteet eivät korostu ja ohjattava saa miekkailusta onnistumisen kokemuksia rajoitteista huolimatta.

Hyvään seikkailukasvatukseen ja myös historialliseen miekkailuun kuuluu kattava turvallisuusnäkemys. Riskit ja turvallisuusseikat ovat korostetusti läsnä toimittaessa aseiden ja kokemattomien harjoittelijoiden kanssa. Tässä projektissa ja sen suunnittelussa turvallisuus oli merkittävä osa työmenetelmää, mutta ei sen enempää kuin historiallisessa miekkailussa yleensä. Se käsiteltiin laaja-alaisena kokonaisuutena ennakkosuunnittelusta riskien jatkuvaan arviointiin toiminnan keskellä tapahtuvana turvallisuuden arviointina. Hyvällä suunnittelulla ja jatkuvalla arvioinnilla toiminnan voi pitää erittäin turvallisena myös erityisryhmien kanssa toimittaessa.

Kamppailulajin ohjaaminen edellyttää ohjaajalta sellaista henkilökohtaista harrastuneisuutta ja osaamista, että hänellä on mahdollisuus keskittyä ryhmän ohjaamiseen, itse toiminnan ohjaamisen sujuessa siinä sivussa (Kivelä ja Lempinen 2009, 88). Tämä korostui kehitysvammaisten miekkailun ohjauksessa. Miekkailu oli mukautettu kohderyhmälle sopivaksi, ja siitä oli etukäteen tehty vaativuusluokittelu (liite 10). Miekkailullista seikkailukasvatusta pystyi toteutumaan turvallisesti ja tavoitteellisesti, sillä minulla ja apuohjaajilla on omakohtaista ja monipuolista kokemusta lajista ja sen ohjaamisesta vuosien ajalta. Monipuoliset kokemukset ovat luoneet työkalupakin, josta pystyi poimaan apuvälineitä ohjaustoimintaan.

Kyky tehdä ohjattava ryhmä huomioon ottavia, turvallisia ja tarkoituksenmukaisia päätöksiä vaatii ymmärrystä lajin lainalaisuuksista ja riskeistä sekä ymmärrystä omista valmiuksistaan tunnistaa riskit. Kun ohjaajilla on tietoa lajikohtaisista tyypillisistä lainalaisuuksista, riskien tunnistaminen on määrätietoisempaa ja niihin osataan myös reagoida. Monipuolinen kokemustausta antaa mahdollisuuden ennustaa tulevia tapahtumia ja karsia niistä riskejä pois (Lehtonen, Mäkelä & Pulli 2007, 127–129). Tässä projektissa vuosien kokemukseni miekkailun ohjaajana auttoi turvallisuuden hallinnassa, koska turvallisuustoiminnastani on kehittynyt rutinoitunutta ja riskien kartoittaminen ja niihin reagointi tuli luonnostaan.

Ohjaajilta vaaditaan sosiaalisuutta ja kykyä tulla toimeen erilaisuuden kanssa. Miekkailussa tarvitaan ohjaajilta korostetusti hyväntuulista ja leppoisaa tunnelman luomista, jotta ohjattavien jännitys pysy kurissa. Tilanteiden ennakoimattomuus vaatii apuohjaajia. Apuohjaajia on oltava myös siksi, että löytyy ohjaaja irrotettavaksi itse toiminnasta huolehtimaan mahdollisesta yksittäisen asiakkaan yllättävästä tilanteesta.

Ohjaajien on osattava tarkkailla, missä asioissa ohjattavat tarvitsevat apua. Apua tarvittiin mm. miekkailumaskin sovittamisessa ja päähän laittamisessa, kengännauhojen sitomisessa sekä ulkovaatteiden pukemisessa ja taksin tilaamisessa. Ohjaajien täytyy osata toimia hienovaraisesti, rennosti ja hyväntuulisesti ja auttaa kuin ohimennen ilman suurempaa numeroa.

Ohjaajilta vaaditaan myös tarkkaavaisuutta ja silmää seurata ohjattavien mieleniloja, rajoitteita ja kyvykkyyttä. Kehitysvammaisilla ohjattavilla voi olla erilaisia hahmottamisongelmia, jotka selviävät ehkä vasta ohjauksen ohessa, kuten tässä projektissa. Niihin täytyy pystyä reagoimaan nopeasti ja ilman suurta hälyä. Ohjausta on muokattava tilannekohtaisesti. Esimerkiksi liikkeen näyttäminen ohjattavan rinnalla vaiheittain toimii toisinaan. Hyvä tapa liikkeen ohjaukseen on seisoa ohjattavan edessä ja tehdä liike hänen edessään peilikuvana.

Ohjauksessa yksi tärkeimpiä elementtejä oli ohjattavia ymmärtävä ohjaaminen, sillä ohjattavat olivat oudossa ja uudessa tilanteessa. Miekkailun ohjaamisessa panostettiin ensin turvallisuuteen, sitten ohjattavan henkilökohtaiseen kokemukseen, ja vasta viimeisenä miekkailutekniikan hiomiseen. Tekeminen ja itse prosessi oli lopputulosta tärkeämpää. Ohjattavat saattoivat nähdä miekkailun modernina urheilulajina tai historiallisena seikkailuna. Ohjauksessa nämä molemmat puolet olivat läsnä. Miekkailu tarjosi muun liikunnallisen seikkailukasvatuksen tavoin mahdollisuuden oppia ja harjoitella asioita ja esimerkiksi varusteista ja hygieniasta huolehtimista.

Työyhteisölle tämä työnmenetelmä asettaa vaatimuksia. Ohjaajien yksilöllisten taitojen lisäksi tarvitaan myös erittäin vahvaa yhteistyökykyä ohjaajien kesken. Tässä projektissa ohjaajien keskinäinen yhteistyö osoittautui onnistumisen kannalta hyvin tärkeäksi. Työn yhteisen päämäärän ymmärtäminen ja sen tavoittelu yhteisin ponnistuksin toimi perustana. Sen lisäksi ohjaajien keskinäinen kunnioitus ja luottamus työparin tietoon, taitoon ja nopeisiin tilannearvioihin olivat korvaamattomia työkaluja vaativissa ohjaustilanteissa. Ohjaajien oli reflektoitava jokainen harjoitus ohjaustilanteessa ja päätettävä, missä vaiheessa mennään asiassa eteenpäin. Jos joku harjoitus osoittautuu ohjattaville liian vaikeaksi, se kannattaa sivuuttaa nopeasti siitä numeroa tekemättä, ja siirtyä johonkin helpompaan harjoitteeseen.

Ohjaajien välisen kommunikaation tulee toimia hyvin saumattomasti. Ohjauksen keskellä tapahtuvan pääohjaajan ja apuohjaajien välisen neuvottelun tulee onnistua muutamalla sanalla ja pienillä eleillä ja ilmeillä. Ohjaajat olivat jo aikaisemmin toimineet paljon yhteistyössä miekkailunohjauksessa, joten reflektio ja neuvottelu keskellä toimintaa sujui muutamalla sanalla, pienillä eleillä ja kehonkielellä erittäin hyvin. Tämän ansiosta toiminta eteni jouhevasti, vaikka yllättäviä tilanteita tulikin vastaan.

Ohjauskerran jälkeen ohjaajien tulee pitää pieni palaveri siitä, mikä ohjauskerralla meni hyvin ja mikä ei. Ohjauskerran eri vaiheet, ohjaajien oma toiminta, kommunikaatio ohjattavien kanssa ja jokainen harjoite analysoidaan lyhyesti erikseen. Johtopäätökset määrittelevät seuraavan kerran suunnittelua.

Alkulämmittelyä kannattaa käyttää pohjana tuleviin miekkailuharjoitteisiin ja ohjattavien rajoitteiden selvittämiseen. Alkulämmittelyyn on hyvä sijoittaa samansuuntaista liikettä, mitä tuleviin harjoituksiin sisältyy. Se auttaa ohjattavia hahmottamaan harjoituksia. Alkulämmittely kannattaa suunnitella myös siitä näkökulmasta, että siinä voi hyvin tarkkailla ohjattavien hahmotuskykyä ja liikunnallisia rajoitteita. Pääohjaajan täytyy vasta tässä vaiheessa tehdä päätöksiä ohjauskerran lopullisesta sisällöstä. Myös apuohjaajien tulee olla tarkkaavaisia lämmittelyn aikana. Apuohjaajien tulee tuntee alustava ohjaussuunnitelma, jotta pääohjaaja voi tarvittaessa neuvotella asiasta muutaman sanan keskusteluilla, katseilla ja nyökkäyksillä. Toimintasuunnitelma elää havaintojen, palautteen ja reflektion kautta. Ohjaajien tulee olla tietoisia ohjaussuunnitelmasta ja sen vaihtoehtoisista etenemistavoista, jotta huomaamaton neuvottelu kesken ohjauksen on mahdollista.

Miekkailun pariharjoittelu kehitysvammaisten kanssa vaatii ohjaajalta ymmärrystä siitä, mitä miekkailutilanteessa tapahtuu. Ohjattavan liikerajoitteiden tai fyysisen voiman puutteen vuoksi ohjaajan täytyy tarvittaessa korostaa miekkokojen kontaktin luomaa signaalia, esimerkiksi hyökkäävän aseisen liikettä sen jälkeen, kun siihen on lyöty torjuntalyönti. Tämä korostuu erityisesti sparreissa, joita teimme varsin paljon, koska se innostaa jännittävyytensä vuoksi ohjattavia. Sparri liikuntarajoitteisen kanssa vaatii ohjaajalta show-asennetta ja eläytymistä tilanteeseen. Lisäksi se vaatii kykyä ymmärtää, mitä kulloinkin miekkailutilanteessa oikeasti tapahtuu, ja sen ”esittämistä”. Näyttämötaistelukokemus on ohjaajille suureksi eduksi tässä tilanteessa.

Historiallisen taustan laajempi kertominen kannattaa jättää vähiin, ja viljellä puheessa hieman aiheeseen liittyviä ”syöttejä” kuten tarinanpätkiä ja anekdootteja. Lisää kannattaa kertoa, mikäli ohjattavilta tulee niihin vastakaikua. Taustatarinat toimivat lähinnä tunnelman rakentajina musiikin ja esillä olleiden teräsaseiden tapaan.

Toiminta on muistettava tauottaa tarkasti. Ohjattavat väsyvät uuteen ja erilaiseen aivotyötä vaativaan liikuntaan helposti. 1,5-2 toimintatuntiin on hyvä sisältyä kaksi lyhyttä juoma- ja wc-taukoa ja yksi pidempi 20-25 minuutin tauko, jolloin esim. istutaan lattialla juttelemassa. Ryhmähengen rakentamisessa ja henkilökohtaisen kontaktin luomisessa ohjattaviin pidempi tauko on erittäin hyödyllinen. Taukojen yhteydessä ohjaajien tulee olla tarkkaavaisena, jos ohjattavat tarvitsevat apua esimerkiksi maskin riisumiseksi. Jokaisella ohjauskerralla jouduimme muistuttamaan ohjattavia veden juomisesta.

Miekkailullinen vaatimustaso harjoittelussa riippuu ohjattavien kyvyistä. Toiminta ei saa olla liian helppoa. Pientä haastetta täytyy pitää mukana. Seikkailukasvatuksessa oppimista olennaisempaa on tuottaa elämyksiä ohjattavalle. Toiminta ei saa muuttua miekkailun peruskurssiksi, jossa hiotaan miekkailun perusteita pikkutarkasti. Kevyt sparri ohjaajan kanssa tarjoaa taistelun tuntua ja tarjoaa

jännitystä, turvallista vaaran kokemista ja epäonnistumisia ja onnistumisia vuoronperään. Erilaisten aseiden käyttö luo vaihtelua, herättää mielenkiintoa ja innostaa ohjattavia.

Turvallinen miekkailu vaatii harkintaa ja harjoituksia. Miekkailijan tulee huomioida oman toimintansa lisäksi vastustajan liikettä ja etäisyyttä ja yrittää ennakoida ja punnita hyökkäyksen ja puolustuksen mahdollisia riskejä. Riskien hallinta ja turvallisuustaidot ovat myös yleisellä tasolla olennaista elämänhallinnan osaamista. Miekkailua voi käyttää turvallisuusajattelun ja -asenteen opettamisen työvälineenä. Miekkailun yhteydessä riskit ja turvallisuus oli ohjattavien helppo ymmärtää ja asiat näyttäytyivät mielenkiintoisina ja jännittävinä opittavaksi.

Miekkailu on kokonaisvaltaista ja vuorovaikutuksellista toimintaa, joka kehittää ohjattavien psyykkisiä taitoja. Harjoitukset toivat esille ohjattavien erilaisia tapoja kommunikoida. Vuorovaikutustaidot olivat tarpeen pariharjoittelussa ja tämä kannusti ohjattavia kehittämään sosiaalisia ja psyykkisiä taitojaan harjoitteiden onnistumiseksi. Tämä tarjosi ohjattaville osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksen, kannusti omien vahvuuksien tunnistamiseen ja antoi lisää itsetuntemusta.

Oikein kohdennettu haastavuus toi ohjattaville onnistumisen elämyksiä. Ohjauksessa edettiin ohjattavien ehdoilla, heille sopivalla vaikeusasteella ja nopeudella. Ohjattavien kykyä ei aliarvioitu, ja eritasoisille ohjattaville asetettiin harjoituksissa myös erilaisia vaikeusasteita. Itseluottamus miekkailussa parani ja uuden taidon hallinta kehitti luottamusta omiin taitoihin, mikä edisti oppimaan lisää. Ohjaajien antama palaute oli myönteistä, mutta rehellistä. Toiminnassa oli runsaasti tilaa keskusteluille ja pohdinnoille. Kesken miekkailunharjoitteiden pohdittiin usein ”miten tässä näin kävi”. Ohjattavat pääsivät myös vaikuttamaan siihen, miten ja mihin suuntaan ryhmän toiminta eteni, ja mitä välineitä kokeiltiin.



KUVA 12. Pariharjoittelua apuohjaajan kanssa. (Kuva: Vesterinen 2018)

Pariharjoittelussa ohjattava pääsi ottamaan riskejä, tekemään epävarmoja päätöksiä ja keksimään vaihtoehtoja miekkailullisiin ongelmiin omalla luovuudellaan (kuva 12). Hänen oli pakko ottaa riskejä ja voittoa pelkonsa. Miekkailussa epäonnistumiset ja onnistumiset seuraavat toisiaan uudelleen ja uudelleen. Epäonnistumiset eivät vaarantaneet oikeasti kenenkään turvallisuutta tai hyvinvointia vaan ohjasivat kohti onnistumisia. Monissa harjoituksissa toinen harjoittelija oli jo lähtökohtaisesti ”häviäjän” roolissa ja toinen ”voittajan”. Tämänkaltaisen harjoittelu auttaa tunnistamaan omat virheet oppimisen välivaiheiksi. Tätä kautta epäonnistumiset menettivät merkitystään ja harjoittelija oppi kestävänsä niitä. Ohjattavat pääsivät harjoituksissa eläytymään erilaisiin rooleihin, sillä harjoituksissa erilaiset roolit vaihtuivat. Niitä kuvailtiin tilanteen mukaan esimerkiksi sanoilla, ”juonikas”, ”salakavala”, pelokas”, ”tyhmänrohkea”, ”raivokas” ja ”laskelmoiva”. Tämä mahdollisti heittäytymisen selkeästi erilaisten roolien turvalliseen kokeiluun. Toiminta tuotti ohjattaville iloa, jännitystä, helpotusta ja huojuennusta sekä rentoutti ja virkisti.

Miekkailu antoi ohjattaville mahdollisuuden testata ja tutkailla turvallisesti omaa päättäväisyyttä, rohkeuden, pelon ja epävarmuuden kokemista, niistä vapautumista ja voimaantumista. Taistelun tuntu rohkaisi ohjattavia löytämään itsestään lisää fyysisiä ja psyykkisiä voimavaroja. Kokemus selkiinnytti ja rohkaisi heitä tarkastelemaan omaa identiteettiä uudella tavalla ja vahvasti myönteistä minäkuva ja käsitystä itsestä toimijana.

Harjoittelussa ohjattavat eivät missään vaiheessa miekkailleet keskenään. Kahden aloittelijan miekkailu synteettisillä miekoillakin olisi sisältänyt liian suuren loukkaantumisriskin, sillä aloittelija ei välttämättä osaisi hallita voimankäyttöä eikä huolehtia omasta suojauksestaan. He tekivät joko yksilöharjoituksia tai miekkailivat jonkun ohjaajan kanssa. Vasta viimeisellä ohjauskerralla lähestyttiin sitä vaihetta, että ohjattavat olisivat voineet miekkaila keskenään. Tämän vuoksi pääohjaajalla on oltava riittävästi tarpeeksi kokeneita apuohjaajia. Kokemuksen perusteella kehitysvammaisten ryhmän koko voi olla vain 3-5 henkeä ja se vaatii 2-3 ohjaajaa.

Päätös lähteä sparrin ohjaajan kanssa on ohjattavalta iso päätös. Ohjattaville puhuttiin yhteisesti peloista ja jännityksestä ja tehtiin selväksi, ettei sparraaminen ohjaajan kanssa ollut vaatimus, vaan mahdollisuus, jota voi halutessaan kokeilla. Käytännössä toiminnassa loppuun asti mukana olleet ohjattavat etenivät asteittain kevyen sparrin tasolle. Sparraus oli ohjattaville voimauttava kokemus.

Ohjattavat kehitysvammaiset eivät juuri ottaneet kontaktia toisiinsa, joten ryhmähengen ja välittömän ilmapiirin rakentaminen vaati ohjaajilta sosiaalisuutta ja keskinäistä kevyttä keskustelua toisinaan koko ryhmän puolesta. Ohjaajien on hyvä henkisesti varautua myös hyvin yllättäviin, aiheeseen liittymättömiin kysymyksiin kuten ”Minkä merkinen auto sinulla on?” tai ”Tykkäätkö syödä pääsiäisenä määmiä?” Henkisen yhteyden saaminen ohjattaviin miekkailun ohessa oli aluksi vaikeaa. Ohjattavilta tulevia keskustelunavauksia kannattaa käyttää täysimääräisesti hyväksi yhteyden saamisessa, ja joistakin näiden keskustelujen aiheista, kuten määmistä ja toisen apuohjaajan jatkuvasta nälästä, syntyi ryhmän sisäisiä vitsejä, jotka vahvistivat yhteishenkeä.

Miekkailuryhmän toiminnassa oli samoja piirteitä kun arkielämässäkin, esimerkiksi suunnittelua ja järjestelyä, joihin ohjattavat saivat osallistua ja ottaa niin suuren roolin kuin he olivat valmiita ottamaan. Miekkailussa nousivat esiin ja kehittyivät ohjattavien metataidot, kuten rohkeus, päättäväisyys ja kieltäytymisen taito ja muut pehmeät taidot kuten kommunikointi ja organisointi. Nämä taidot ovat olennaisia myös arkielämän hallinnan kehittämässä ja vahvistamisessa. Miekkailu toimi keinona näiden yhteyksien näkemiseen ja ymmärtämiseen. Toiminnassa hankittu uusi kova taito, miekkailu, ei ole mitenkään suoraan sovellettavissa arkielämään, mutta miekkailuharjoitteluun liittyvät pehmeät ja metataidot ovat erittäin hyödyllisiä arkielämän taitoja.

Toiminnan merkityksellisyys tuli selkeästi ilmi viidennellä ohjauskerralla, kun molemmat aktiiviset ohjattavat olivat läsnä. Tietynlaista ylpeyttä oli havaittavissa, kun heitä puhuteltiin miekkailijoiksi ja jäsenyydestään miekkailuryhmässä. Miekkailun kautta he kokivat olevansa tasavertaisia ohjaajien kanssa ja miekkailu synnytti yhteisen henkisen siteen. Tämä korostui päätösjuhlassa, jossa he ja kaikki ohjaajat olivat läsnä. Juhlan oli tunnelma lämminhenkinen ja hieman haikea ryhmän toiminnan päättymisen vuoksi. Ohjattaville juhla oli iso asia. Toveruuden tunne tuli ilmi reippaissa tervehdyksissä, nauramisina vitseille, haikeutena lopussa ja toiveina toiminnan jatkosta.

7 POHDINTA

Opinnäytetyössäni yhdistin innovatiivisesti erilaisia asioita kuten historiallisen eurooppalaisen taistelulajin tietotaidon, eurooppalaisen historian ja kulttuurin sekä seikkailupedagogiikan sosiaalialan ammatillisuuteen. Hyödynsin aikaisemman nuoriso- ja vapaa-ajanohjaajan koulutuskoulutustani ja miekkailuvalmennuksen ohjaustaitojani sosionomin näkökulmasta.

Prosessi eteni hyvin pitkälti suunniteltujen tavoitteiden mukaisesti. Poikkeuksena oli suunniteltujen ennakkotapaamisten poisjäänti. Kaksi ohjauksetta kului osittain tämän paikkaamiseen ja tämän vuoksi ryhmä rakentui hitaasti. Projektin ennakkointia, suunnittelua ja toimintaa olisi huomattavasti helpottanut, jos olisin voinut tavata ohjattavia ennakkoon ja esitellä itseni, välineet ja minkälaista toimintaa olisi tulossa. Se olisi myös karsinut pois tarpeetonta ennakkojännitystä. Ohjattaville ei olisi tullut kerralla niin paljon uusia, jännittäviä elementtejä itse ohjauksessa. Ennakkotapaamiset olisivat ehkä ehkäisseet kahden ohjattavan keskeyttämisen mm. miekkailumaskin päässä pitämisen outouden ja pelottavuuden vuoksi. Tapaamiset jäivät toteutumatta, koska Savas löysi osallistujat aivan viime tipassa ennen projektin alkua. Vastaavan ryhmätoiminnan toteutuksessa kannattaa ennakkotapaamiset ottaa osaksi menetelmää ainakin kehitysvammaisten kanssa.

Projektissa noudatettiin sosiaalialan ammattieettisiä ohjeita ja periaatteita. Tehdyt valinnat olivat hyvän ammattikäytännön mukaisia. Sosionomin lähestymiskulma ja miekkailuopetuksen lähestymiskulma eivät riidelleet ohjauksessa. Toiminnassa miekkailun opetuksen näkökulma jousti aina sosiaalialan ammattikäytännön edessä.

Projekti vastasi asetettuja tavoitteita. Projekti osoitti, että työmenetelmä on toteutettavissa laajemmin sosiaalityössä ja myös kehitysvammaisten kanssa, mutta vaatii heidän kanssaan yksilöllisempää ohjausta ja ohjattavien rajoitteiden tarkkaa huomiointia. Se kehitti asiantuntijuuttani ja yhteyttä sosiaalialan työhön sekä yhdisti työmenetelmällä henkilökohtaisia erityistaitojani miekkailuohjaajana vahvemmin sosionomin ammattiin.

Opinnäytetyön toteutus korosti kehitysvammaisten oikeutta harrastamiseen todistamalla, että kehitysvammaisuus ei ole este miekkailun kaltaisen erikoislajin harrastamiselle. Kun toiminta suunnitellaan ja rakennetaan oikein, on tämän kaltainen kamppailulaji myös kehitysvammaisten saavutettavissa. Esteet sille ovat ehkä enemmänkin yhteiskunnan rakenteissa ja resurssien suuntauksissa.

Opinnäytetyön toteutus tuki ohjattavien osallisuutta. Projekti tarjosi heille vahvoja elämyksiä ja vahvisti heidän itsetuntoaan. Ohjaajien ja ohjattavien suhde oli tasa-arvoinen vuorovaikutustilanne, joka tuki myös ohjattavien itsenäisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja elämänhallintaa. Miekkailu synnytti ryhmälle yhteisen henkisen siteen ja loi yhteenkuuluvuuden tunteen, joka korosti sitä että jokainen yksilö on merkittävä osa suurempaa kokonaisuutta. Kunnioittava ilmapiiri voimaannutti ohjattavia ja auttoi heitä omien voimavarojensa löytämisessä. Vastavuoroisuus, reiluus ja ryhmähenki korostivat ohjattavien oikeutta tulla kohdelluksi samanarvoisina ihmisinä.

Yhteistyötä ja sosiaalista kanssakäymistä vaativa miekkailu korosti ohjattavien ja ohjaajien toveruutta. Miekkailun kautta kehitysvammaiset kokivat olevansa tasavertaisia ohjaajien kanssa, sillä ohjattavien rooli toiminnassa oli aktiivinen, he olivat osallisia miekkailuongelman luomisessa, määrittelyssä ja keksivät niihin ratkaisuvaihtoehtoja vuorovaikutuksessa ohjaajan kanssa. Tämä kehitti myös ohjattavien ongelmanratkaisukykyä.

Toiminta tarjosi haasteita ja johdatteli huomioimaan toiminnan vaikutuksen erilaisia elementtejä arkielämässäkin. Miekkailu oli fyysistä ja vaati ohjattavilta nesteytystä ja ravinnonsaantia. Nämä vaatimukset antoivat edellytyksiä pohtia ravitsemusta laajemminkin. Hygieniasta huolehtiminen tuli liikunnassa myös esille. Varusteista huolehtiminen ja niiden oikeanlainen käsittely ja käyttö korostuivat. Miekkailuopit korostavat rohkeuden ja uhkarohkeuden eroa, ja sitä että rohkeus ei toimi ilman kohtuullisuutta. Otetun riskin tulee olla oikeassa suhteessa tavoiteltuun päämäärään. Riskejä täytyy ennakoida ja tarpeettomia riskejä välttää.

Miekkailun turvakäsitysten omaksuminen toimii ohjattaville turvallisuusajattelun ja -asenteen työvälineenä myös arjen toiminnassa. Toisen ihmisen huomioiminen ja kunnioittaminen korostuivat. Pariharjoittelu opetti vuorovaikutustaitoja, joita ihminen kohtaa arjessa päivittäin. Harjoitteissa syntyneet erilaiset henkiset asetelmat voivat toimia metaforana missä tahansa arjen tilanteessa.

Ryhmähengen muodostaminen projektin alkupuolella oli merkittävä osa osallisuuden vahvistamista. Osallisuus on sosiokulttuurisen innostamisen keskeisiä kulmakiviä ja sen edellytyksenä voidaan pitää yksilön kuulumista yhteisöön. Tämä ilmenee yhteisöön kuulumisen tunteena ja kokemuksena siitä, että on sidoksissa ympäröivään maailmaan (Karjalainen, Kuivakangas, Kyrö-lampi ja Rimpiläinen 2012, 27).

Projektissa loppuun saakka mukana olleet ohjattavat kokivat toiminnan merkitykselliseksi ja ainutlaatuiseksi. Toiminta sai aikaiseksi positiivisen siirtovaikutuksen, transferoin, osallistujien elämään ja auttoi heitä muodostamaan myönteistä minäkuvaa ja käsitystä itsestä toimijana. Projektissa korostui kehitysvammaisten oikeus harrastamiseen ja osallisuuteen. Näitä vahvisti se, että projektissa pilotoitiin kehitysvammaisille toimintaa ja harrastusta, joka on keskivertokansalaisellekin erikoinen ja jopa eksoottinen. Ohjattavat pääsivät kokeilemaan jotain erilaista, josta useimmilla ihmisillä ei ole tietoa tai on ainoastaan hämäriä mielikuvia. Tämä vahvisti ohjattavien kokemuksen merkitystä ja osallisuutta. Osallisuus ei ollut pelkästään oikeuksia, siihen kuului myös työmenetelmässä korostuva vastuu muista ja muiden osallisuudesta, sillä harjoituskumppanien turvallisuus oli yksi ohjauksen olennaisia teemoja.

Prosessi kehitti omaa ammatti- ja ohjaustaitoani sosionomina. Sen aikana ammatti-identiteettini ja asiantuntijuuteni sosionomina vahvistui ja kehittyi yksilöllisempään ja monipuolisempaan suuntaan. Projekti vahvisti, että pystyn hyödyntämään ja soveltamaan tätä työmenetelmää sosionomin työssä. Työmenetelmän yhteys sosiaalialaan syveni myös merkittävästi. Myös työmenetelmä kehittyi prosessin aikana.

Ammattitaitoni ja ammattietiikkani vahvistuivat ja löysin projektin aikana itsestäni uusia voimavaroja. Ohjaustyön haastavuuden vuoksi jouduin nostamaan oman persoonani käytön työssä aivan eri asteelle kuin aikaisemmin. Yhteisöllisyyden rakentaminen oli haasteellista ja näkemykseni sen arvokkuudesta kasvoi merkittävästi. Yhteiskunnallinen näkemykseni vahvistui näkemään ihmisen arvokkuuden ja kehitysmahdollisuudet siellä missä ne usein yhteiskunnassa unohdetaan.

Projektin kokemukset ovat suoraan hyödynnettävissä työelämässä. Ne toivat minulle lisää työkaluja erityisryhmien ohjaamiseni myös muunlaisessa ohjaustoiminnassa kuin seikkailukasvatuksessa. Prosessi kehitti minua myös miekkailun ohjaajana. Käytännöt miekkailun alkeisopetuksessa ja uuden harrastajan vastaanottamisessa sekä miekkailunohjaajien opastamisessa kehittyivät. Sosiaalialan ammattitaidolle löytyy myös suoraan hyödyntämisen mahdollisuuksia miekkailun parissa.

Jatkan menetelmän työstämistä eteenpäin soveltaen menetelmää erilaisten tukea tarvitsevien asiakkaideni kanssa. Tässä projektissa nousi esille joitakin kehityksen suuntia. Oman persoonan syvällinen käyttäminen osoittautui hyödylliseksi ja sitä täytyy hyödyntää enemmän suunnitelmallisesti. Miekkailuohjaukseen löytyi huomattavaa käytännön lisähyötyä näyttämötaistelun menetelmistä. Ne osoittautuivat sparringhetkissä niin hyödyllisiksi, että näen siinä selkeän kehittämisen suunnan toimintamallissa. Myös vaativissa tilanteissa erittäin hyödyllinen ja jatkossa toiminnassa suurempaa huomiota ansaitseva seikka on ohjaajien keskinäinen viestintä toiminnan keskellä. Tämä sujui projektissa hyvin ja osoittautui niin hyödylliseksi, että sitä on syytä kehittää edelleen.

Minun on mahdollista jatkaa menetelmän käyttöä työelämässä sosiaalialalla Kuopion seudulla ja olen jatkanutkin sitä etsivässä nuorisotyössä. Kokemukset ovat olleet hyviä esimerkiksi syrjäytymisvaarassa olevien ja koulukiusattujen nuorten itsetunnon vahvistamisessa.

Tämän opinnäytetyön kokemusten ja työssäni keräämien kokemusten perusteella miekkailullisen seikkailukasvatuksen työmenetelmä on käyttökelpoinen laajemminkin sosiaalialan työssä. Työmenetelmän tavoitteet voivat olla moninaiset, esim. itsetunnon vahvistaminen, kuntoutus, terapia, virkistys, kasvatus tai liikuntaan kannustaminen. Toimintamallilla voidaan aktivoida liikuntaan myös sellaisia ihmisiä, joita liikunta ei ole aiemmin innostanut, mutta joiden innoittajina toimivat mm. elokuvat, tv-sarjat, tietokonepelit, kirjallisuus ja sarjakuvat.

Historiallinen miekkailu, HEMA, on erikoinen ja näyttävä laji, jossa jo itse välineet ovat näyttäviä ja kiehtovia ja taustakertomukset mielikuvitusta ruokkivia. Lajiin perehtymättömälle oppi on kryptinen, mutta perusteet on todellisuudessa varsin helppo oppia. Aseiden ansiosta lähtökohdat ovat siinä määrin erilaisia kuin monissa muissa lajeissa, että kaikki ohjattavat aloittavat aluksi varsin samoilta lähtöviivoilta liikunnallisista taustoistaan huolimatta. Miekka välineenä toimii myös hyvin tasarvoistavana elementtinä erilaisten ohjattavien välillä. Toisen parempi fysiikka, suurempi fyysinen koko, voimakkuus ja ketteryys ovat kumottavissa miekan käsittelytaidoilla ja taktiikalla. Se tukee myös epäliikunnallisemman ohjattavan motivaatiota. Ohjattavat pääsevät halutessaan varsin pian miekkailunottelun tai taistelun tuntuun. Nämä seikat antavat hyviä välineitä menetelmän käyttöön

sosiaalialan työssä. Menetelmän käyttö vaatii osaavan ohjaajan ja kohtalaisen paljon erikoisvälineitä sekä työnantajalta ennakoluultomuutta uusia työmenetelmiä kohtaan ja ymmärrystä pitkäjänteisestä asiakastyöstä.

Miekkailullisen seikkailukasvatuksen menetelmää voi viedä myös muille paikkakunnille, joilla harrastetaan historiallisia eurooppalaisia asetaitoja. Menetelmä on vietävissä myös ulkomaille, koska kansainvälinen yhteistyö on HEMA:n piirissä erittäin tiivistä. Tuon työmenetelmää esille kirjoittamalla artikkeleita ja esittelemällä sitä HEMA:n suomalaisilla ja kansainvälisillä keskustelufoorumeilla.

Olen nähnyt noin kymmenen vuoden aikana miekkailuharrastuksen parissa, kuinka lajin harrastaminen on vaikuttanut myönteisesti ohjattavien itsetuntoon ja suhteeseen liikuntaan ja yleisiin elämäntapoihin. Esimerkiksi liikuntaan kannustaminen on tällä seikkailukasvatuksellisella lähestymiskannalla mielenkiintoinen mahdollisuus. Tulen jatkamaan toimintamallin käyttöä ja kehittämistä Savon Miekkary:n ja Kulttuurikilta Schranken ry:n puitteissa. Sosionomin ammatissani tulen hyödyntämään ja toteuttamaan työmenetelmää silloin, kun sillä on mahdollisuus tukea asiakkaitani.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

- ALHAINEN, Jarmo 1996. Seikkailukasvatus lastensuojelunuorten kuntoutuksessa. Seikkailukasvatus 1/1996.
- CHARRETTE, Robert ,N. 2011. Fiore dei Liberi's Armizare. Whealton, Illinois, USA: Freelance Academy Press, Inc.
- CLEMENTS, John. Sword Fighting is Not What You Think... The Association for Renaissance Martial Arts, thearma.org. [Viitattu 2017-09-14.] Saatavissa: <http://www.thearma.org/essays/Swordfighting-Not.html#.WbpPttFx1PY>
- DUNDERFELT, Tony 2016. Läsnäoleva kohtaaminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- ESKELINEN, Aukku 2012. Osallisuus on tekoja! yhteisön osallistujina. MoSpa- Nuorisotyön monialaisuutta kehittämässä. Kyrölampi, Taina (toim.) s. 25-29. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu HUMAK.
- FORHENG, L, Jeffrey 2015. The Art of Swordmanship by Hans Lecküchner. Woodbridge, Iso-Britannia: Boydell Press.
- GASS, Michael 1996. Metaforinen oppiminen terapeuttisesti suuntautuneissa elämyspedagogissa ohjelmissa osa 1. Seikkailukasvatus 3/1996, s.27.
- KARJALAINEN, Jaana, KUIVAKANGAS, Johanna, KYRÖLAMPI ja RIMPILÄINEN, Jari 2012. Pienryhmätoiminta Kajaanissa. MoSpa- Nuorisotyön monialaisuutta kehittämässä. Kyrölampi, Taina (toim.) s. 7-17. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu HUMAK.
- KIVELÄ, Valtteri ja LEMPINEN, Juho 2009. Arki Hallintaan - Nuorten ryhmätoiminnan ohjaaminen. Toinen painos 2010. Turku: KOTA - Lasten ja nuorten hyvinvointi ry Saatavissa: http://www.kota.fi/tiedostot/KOTA_AHM_book_press_toinen_painos.pdf
- KULMALA, Marianne 2010. Valmentaja nuoren opintojen tukena. Dysfasia 1/2010, s. 6-9.
- LAINE, Matti 2017. Historiallisen miekkailun riskiarviointi ja ensiapu. Savon Miekka ry:n sisäinen selvitys.
- LEHTONEN, Kai, MÄKELÄ, Eeva ja PULLI, Kalle 2007. Ohjaus seikkailutoiminnassa. Seikkaillen elämyksiä – seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovellutuksia. Karppinen Seppo J.A. ja Latomaa, Timo (toim.) s. 127-138. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- LECKÜCHNER, Johannes 1482, Kunst des Messerfechtens, Cgm 582. Bayerische Staatsbibliothek, München, Saksa. Kieli: Varhainen uusiyläsaksa. Englanninkielinen käännös 2012: Zabinski, Grzegorz, Mitchell, Russel A. ja Fritz, Falko. Englanninkielinen käännös 2015: Forgeng, L. Jeffrey. The Art of Swordmanship by Hans Lecküchner. Woodbridge, Iso-Britannia: Boydell Press.
- LIBERI, Fiore de' Furlano, Fior di Battaglia (MS Ludwig XV 13) J. Paul Getty Museum in Los Angeles, California. Englanninkielinen käännös: Leone, Tom 2009, Fiore de' Liberi's Fior di Battaglia, Fiore's 1409 Martial Arts Treatise From the Getty Manuscript rev.4. Alexandria, Virginia, Usa: Leone.
- LINNARD, Anders 2014-09-07. Choreographing HEMA for film. Hroarr.com.
- MARTTILA, Maarit 2016, Elämys- ja seikkailupedagogiikalla toiminnallisuutta opetuksen tueksi. Liikunta & Tiede 53 5/2016, s. 5-8. Saatavissa: http://www.lts.fi/sites/default/files/page_attachment/lt_5-16_4-8_lowres.pdf
- MS 3227a, 1389(?). Myös Hs.3227a, "Nürnberg Hausbuch" ja "Hanko Dörbringer Fechtbuch" Germanisches Nationalmuseum. Nürnberg, Saksa. Kieli: keskiyläsaksa. Englanninkielinen käännös Hanko Dörbringerin Bloßfechten osiosta: Lindholm David 2005: COD.HS.3227A / Hanko Dörbringer fechtbuch 1389.
- MÄKINEN, Päivi, RAATIKAINEN, Eija, RAHIKKA, Anne, SAARNIO Tuula 2011. Ammattina sosionomi. Porvoo: WSOY Kirjakeskus.

- SAARI, Marko 6.8.2016. Miekoista. Warusseppäin Kilta ry, Warussepat.fi [Viitattu 2018-01-03.] <http://warussepat.fi/blogi/aseet/saari-miekoista/>
- SAVAS. Savon Vammaisasuntosäätiö, Savas.fi. [Viitattu 2018-01-24.] <http://www.savas.fi/>
- SAVON MIEKKA, a. Harjoitusten rakenne. Savon Miekka ry, Savonmiekka.net. [Viitattu 2017-09-01.] Saatavissa: <https://savonmiekka.wordpress.com/harjoitusten-rakenne/>
- SAVON MIEKKA, b. Turvallisuus ja käytösohjeet. Julkaistu 2015-04-19. Savon Miekka ry, Savonmiekka.net. [Viitattu 2017-09-01.] Saatavissa: <https://savonmiekka.wordpress.com/jasenasiat/turvallisuus-ja-kaytosohjeet/>
- SEIKKAILUKASVATUS, Mitä on seikkailukasvatus. Seikkailukasvatus.fi [Viitattu 2017-03-30.] Saatavissa: <http://www.seikkailukasvatus.fi/fi/verkosto/mika+seikkailukasvatus/>
- SEIKKAILUKASVATUS 3/1996, 26-27. Elämys- ja seikkailumenetelmien käyttö terapia- ja sosiaalityössä. Seikkailukasvatus -lehti. 3/1996, s.26-27.
- SWORDMAN, a. Oppia jakamassa. Swordman.fi [Viitattu 2017-03-30.] Saatavissa: https://swordseeker.wordpress.com/oppia_jakamassa/
- SWORDMAN, b. Historiallinen miekkailu (Hema) Suomessa. Swordman.fi [Viitattu 2017-03-25.] Saatavissa: <https://swordseeker.wordpress.com/hema/>
- TIAINEN, Pentti 1996. Pedagogiikkaa elämyksin. Seikkailukasvatus 1/1996, s.20-22.
- TIETEEN TERMIPANKKI Kasvatustieteet. Seikkailupedagogiikka. [Viitattu 2017-03-30.] Saatavissa: <http://www.tieteentermipankki.fi/wiki/Kasvatustieteet:seikkailupedagogiikka>
- TOBLER, Christian Henry, 2001. Secret of German Medieval Swordmanship. Toinen painos 2007. Highland Willage, Teksas, USA: Chivalry Bookshelf.
- TOBLER, Christian Henry, 2006. In Service of the Duke – The 15th century fighting treatise of Paulus Kal. Highland Willage, Teksas, USA: Chivalry Bookshelf.
- TOBLER, Christian Henry, 2010. In Saint George's Name – An Anthology of Medieval German Fighting Arts. Whealton, Illinois, USA: Freelance Academy Press Inc.
- TOBLER, Christian Henry, 2011. Captain of the Guild – Master Peter Falkner's Art of Knightly Defense. Paperback edition 2012. Whealton, Illinois, USA: Freelance Academy Press Inc.
- TOBLER, Christian Henry, 2015. Fighting with the German Longsword Revised and Expanded Edition. Whealton, Illinois, USA: Freelance Academy Press Inc.
- WAGNER, Paul ja HAND Stephen 2003. Medieval Sword and Shield. Union City, Kalifornia, USA: Chivalry Bookshelf.
- VESTERINEN, Mika 2014-05-22. Avoimet harjoitukset Kulttuuriareena 44:ssä 26.4.2014. Miekka mielessä-nuorisoprojekti, Savon Miekka ry. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://miekkamielessa.wordpress.com/2014/05/22/avoimet-harjoitukset-kulttuuriareena-44ssa-26-4-2014/>
- VESTERINEN, Mika, 2014a. Näyttämötaistelun kurssi – KYT – 4.11.-21.12.2014, Artikkelit. s. 4-5, 15-20, 23-28. Artikkelit julkaistu internetissä suljetussa KYT Näyttämötaistelu -ryhmässä 4.11.-21.12.2014.
- VESTERINEN, Mika, 2014b. Miekka Mielessä 2013-2014 – nuorisoprojektin loppuraportti. Savon Historiallisen Miekkailun Seura ry. [Viitattu 2017.03.30.] Saatavissa: https://miekkamielessa.files.wordpress.com/2015/06/miekka_mielessc3a4-projekti-loppuraportti.pdf
- VESTERINEN, Mika 2015-09-08. Miekkailunäytöksiä osana taideteosta 4.9.2015. Savon Miekka ry. Savonmiekka.net. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://savonmiekka.wordpress.com/2015/10/08/miekkailunaytoksia-osana-taideteosta-4-9-2015/>
- VESTERINEN, Mika 2015-11-12. Kokemattomamman / aloittelijan ohjaaminen – Ohjeita miekkailuharjoitusten ohjaajalle ja apuohjaajalle Versio 3.1 (Versio 1.0: 3013-11-06). Savon Historiallisen

Miekkailun Seura ry. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: Sworman.fi:

<https://swordseeker.files.wordpress.com/2017/12/kokemattomamman-ohjaaminen-3-2.pdf>

VESTERINEN, Mika 2015-11-25. Saksalaisen pitkämiekan Päätekniikat - Die Rechten Häuptstucke der Kunst deß Langen Schwerts. Kulttuurikilta Schranken ry (Kurssimateriaali).

VESTERINEN, Mika 2016-04-06, Katkesiko eurooppalaisen miekkailun perinne vai ei? Sworman.fi. <https://swordseeker.wordpress.com/2016/04/02/katkesiko-eurooppalaisen-miekkailun-perinne-vai-ei/>. [Viitattu 2017-05-30.]

VESTERINEN, Mika 2016-06-16. Miekkailua kehitysvammaisten kulttuuripäivillä. Sworman.fi. [Viitattu 2017-03-30.] Saatavissa: <https://swordseeker.wordpress.com/2016/06/16/rooliseikkailu/>

VESTERINEN, Mika 2017-01-15. Valokuvataidetta pitkämiekalla. Sworman.fi. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://swordseeker.wordpress.com/2017/01/15/valokuvataidetta-pitkamiekalla/>

WINDSOR, Guy 2004. The Swordman´s Companion. Highland Village, Teksas, USA: Chivalry Bookshelf.

WINDSOR, Guy 2006. The Duellist´s Companion. Highland Village, Teksas, USA: Chivalry Bookshelf.

KUVALÄHTEET:

KUVA 1. SIMONEN, Mila 2016. Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 2. TURUNEN, Sari 2016. Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 3. DANZIG, Peter von (koonnut) 1452. Codex 44.A.8. Folio 2v. Biblioteca dell'Accademia Nazionale dei Lincei e Corsiniana. Rooma, Italia. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: [http://wiktenauer.com/wiki/Codex_Danzig_\(Cod.44.A.8\)](http://wiktenauer.com/wiki/Codex_Danzig_(Cod.44.A.8))

KUVA 4. ROSSI, Mikko 2015. Valokuvataidetta pitkämiekalla. Sworman.fi. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://swordseeker.wordpress.com/2017/01/15/valokuvataidetta-pitkamiekalla/>

KUVA 5. MÄKINEN, Pekka / ANTI-festivaali 2015. Miekkailunäytöksiä osana taideteosta 4.9.2015. Savon Miekka ry. Savonmiekka.net. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://savonmiekka.wordpress.com/2015/10/08/miekkailunaytoksia-osana-taideteosta-4-9-2015/>

KUVA 6. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 7. HYVÄRINEN, Elppi 2014. Avoimet harjoitukset Kulttuuriareena 44:ssä 26.4.2014. Miekka mielessä-nuorisoprojekti. [Viitattu 2017.05.02.] Saatavissa: <https://miekkamielessa.wordpress.com/2014/05/22/avoimet-harjoitukset-kulttuuriareena-44ssa-26-4-2014/>

KUVA 8. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 9. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 10. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 11. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

KUVA 12. VESTERINEN, Mika 2018. Kuva opinnäytetyön toteutusvaiheesta . Opinnäytetyön tekijän kuva-arkistot.

LIITE 1. HISTORIALLISEEN MIEKKAILUUN LIITTYVIÄ MÄÄRITELMIÄ

Armizare	Italialaisen Fiore dei Liberin keskiaikainen taisteluoppi 1300-luvun ja 1400-luvun taitteesta. Armizare käsittelee lähinnä paini-, tikari-, pitkämiekka-, varsikirves- ja peitsioppeja.
Bloßfechten	Haarniskoimaton miekkailu saksalaisissa miekkailumanuaaleissa. Opin- näytetyön miekkailulliset opit ovat lähinnä bloßfechteniä. Suurmestari Johannes Liechtenauerin Zettelin ensimmäinen ja laajin osuus käsittelee bloßfechteniä. Siinä käydään läpi suurin osan Liechtenauerin terminologiasta. Toiset kaksi Zettelin osaa ovat roßfechten, eli miekkailu ratsain ja harnischfechten, haarniskoitumiekkailu jalan. (Tobler 2011, 2, Tobler 2015, 2.)
Fechtbuch	Miekkailua ja muuta taisteluoppia sisältävä saksalainen manuaali (Tobler 2010, 5-10).
Hausbuch	Kodin ensyklopedia-kooste tai yleiskirja sellaisille, joilla oli varaa omistaa kirja tai kirjoja. Hausbuchit sisälsivät saksaksi ja latinaksi tarpeelliseksi koettuja aiheita, kuten astrologiaa, lääkeyrtitietoutta, maagista kemiaa ja MS 3227a:n kohdalla myös miekkailuoppia (Tobler 2010, 5).
Kunst des Fechtens	1300-luvulta 1600-luvun alkuun elänyt saksalainen lähitaisteluoppi, jonka Johannes Liechtenauer kokosi 1300-luvun jälkipuoliskolla. Oppia tulkitsti ja vei eteenpäin lukuisa joukko miekkailumestareita noin 250-vuoden ajan. Liechtenauerin koulukunnan manuaalit sisältävät miekkailun lisäksi myös monien muiden aseiden käytön oppia sirpistä varsiaseisiin, painia, haarniskoimatonta ja haarniskoitua kamppailuoppia, ja ratsutaistelun oppia. Tradition ensimmäinen, Johannes Liechtenauerin Zetteliä tulkitseva tunnettu kirjallinen lähde MS 3227a on ajoitettu vuodelle 1389 ja tradition viimeinen lähde on Jacob Sutorin teos vuodelta 1612. (Tobler 2015, 2; 2010, 5-10.)
Kunst des Messerfechtens	Hans Lecküchnerin 1400-luvun jälkipuoliskolla ylös kirjaama messeriin keskittynyt miekkailuoppi, joka perustuu Johannes Liechtenauerin Zetteliin 1300-luvun lopulta (Forgeng 2015, x-xii).
Messer	Tai langen messer. Sananmukaisesti ”veitsi” tai ”pitkäveitsi”. Lyhyt falcion-tyylinen, yksiteräinen hieman käyrä yhden käden miekka (Tobler 2010, 200, Forgeng 2015, iv, xxi). Veitsimäisen rakenteen omaava ase näyttää esiintyneen saksankielisessä Euroopassa ja muualla Euroopas-

sa, jossa saksalaisuus vaikutti vahvasti (Forgeng 2015, xiv). Aseelle ei ole olemassa selkeää suomenkielistä käännöstä. Väkipuukko on lähinnä samaa. Messer on pitkämiekkää vanhempaa alkuperää oleva miekka, joka yli käytössä 1500-luvun puoliväliin saakka ja löytyy miekkailumanuaaleista harjoitteluversiona (dussack) vielä 1600-luvun lopulla (Forgeng 2015, xx-xxi). Döbringerin mukaan Liechtenauerin oppi pitkämiekkaan on johdettu messeristä (MS 3227a 1389, 82r. Tobler 2010, 53).

Paratenschwert, Fechttersspiel

1400-luvun harjoituspitkämiekka. Nykyaikana paratenschwert-kopiota käytetään laajasti pitkämiekkaharjoitteluun. Nykyisiin paratenschwert-hin viitataan usein sanalla feder. (Saari 2016, Tobler 2006, 8.)

Pitkämiekka

Saksalaisissa lähteissä *langen schwert*. Kaksiteräinen myöhäiskeskiaikainen puolentoista käden miekka. Miekka on pääosin kahden käden ase, mutta tarvittaessa käytettävissä myös yhdellä kädellä. Liechtenauerin opin pääase ja hallitseva miekkatyyppi 1300-luvulta 1500-luvulle. (Tobler 2010, 200.)

Scheibendolch

Saksalainen termi keskiaikaiselle pyöreäväistiselle ja pyöreäponsiselle tikarille. Armizaren kohdalla oikeampi nimike on *Daga a rondelle* italiaksi (Fiore 1409).

Zettel

Tai keskiaikaisella yläsaksalla ”Zedel”. Kryptinen runo, johon suurmestari Johannes Liechtenauerin kokosi taisteluoppinsa 1300-luvulla. Zettelistä on säilynyt kolme hieman erilaista pääversiota (Forgeng 2015, xi) Zettelin ensimmäisessä kirjallisessa lähteessä MS 3227:ssa, eli ”Nürnberg Hausbuchissa” 1300-luvun lopulta, todetaan, että oppi oli satoja vuosia vanhaa. Liechtenauer ei keksinyt oppia, vaan koosti sen periaatteet yhteen. (MS 3227 1389, 13v. Tobler 2010, 53)

TEKSTISSÄ ESIINTYVIÄ KUNST DES FECHTENS –MIEKKAILUTERMEJÄ

Abnehmen

Vastustajan asean kiertäminen yläkautta omalla aseella.

Absetzen

Syrjäyttäminen, samanaikainen torjunta ja vastahyökkäys pistolla.

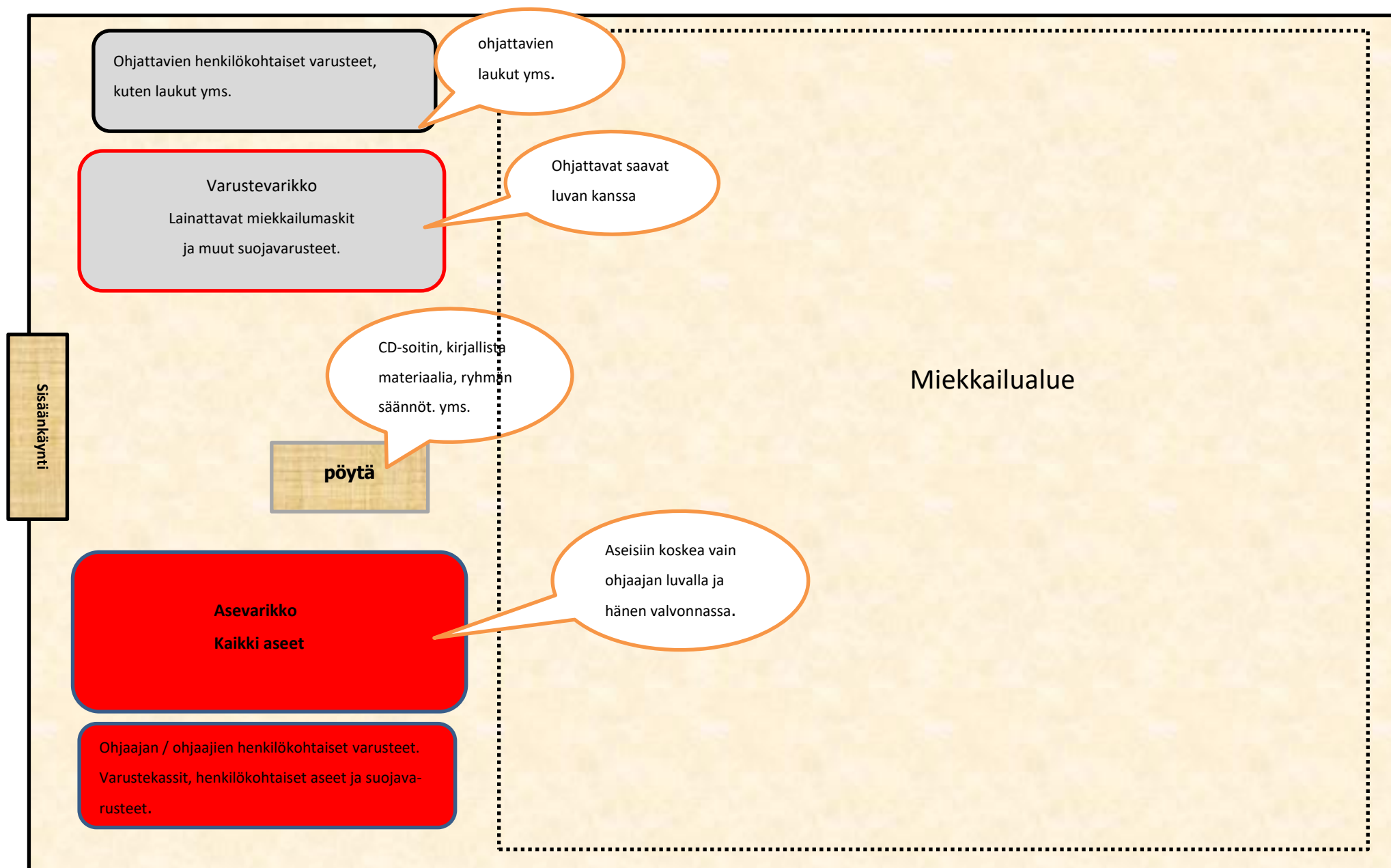
Abzug

Yksi kolmesta taisteluvaiheesta tai etäisyydestä. irrottautuminen taistelutilanteesta kriegistä.

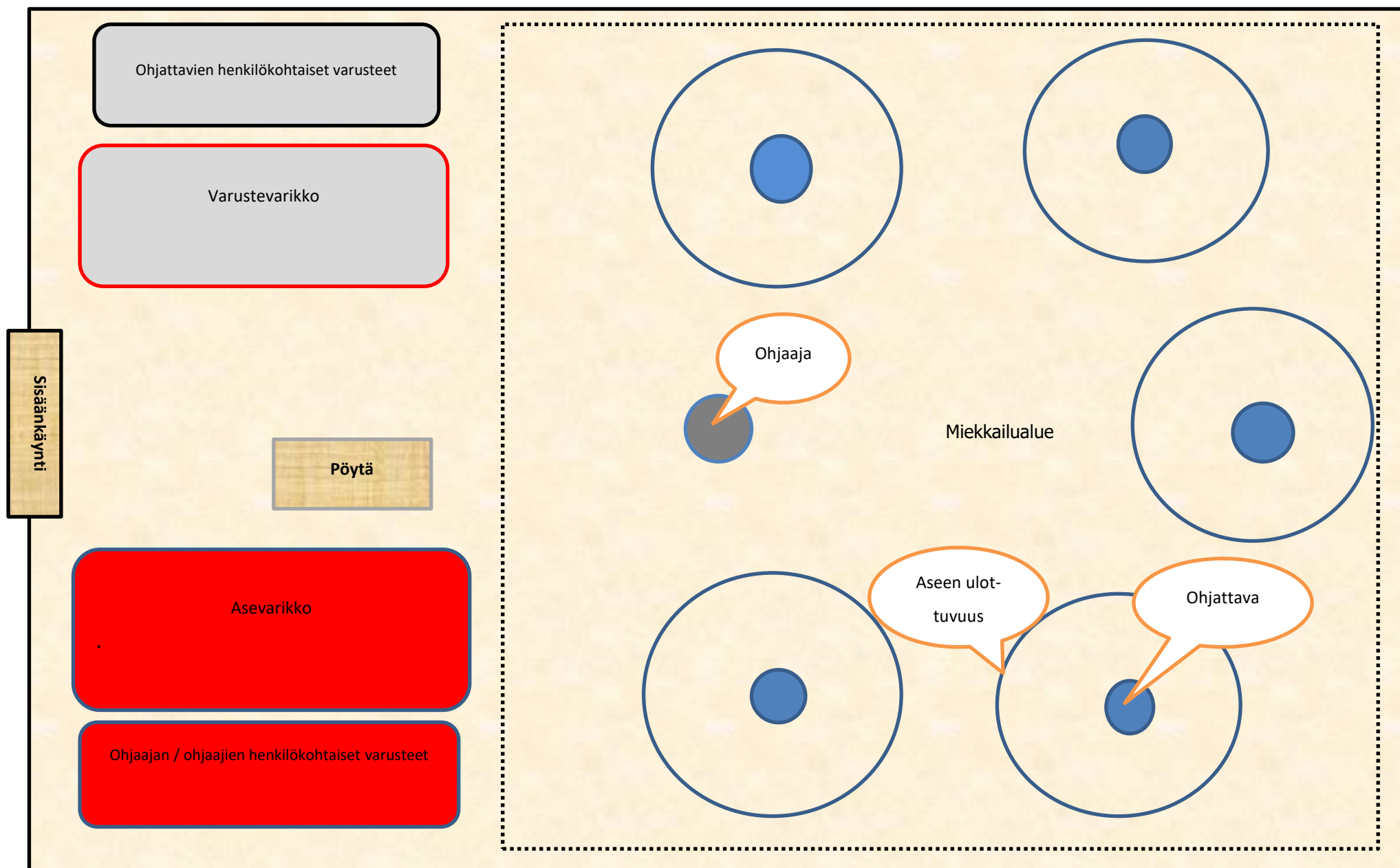
Alber	"Typerys" Yksi neljästä Liechtenauerin varoasennosta. Kahva ja miekan terä vartalon edessä takaterä ylöspäin. Kärki osoittaa viistosti alas.
Durchwechseln	Kiertäminen, irroittautuminen kontaktista vastustajan aseeseen kiertämällä alakautta toiseen aukkopaikkaan.
Fülen	Oppi heikosta ja vahvasta kontaktissa vastustajaa ja hänen aseeseensa.
Hängen	Roikkuminen. hyökkäyslinjojen sulkeminen , että oman aseeseen kärki uhkaa vastustajaa.
Krieg	Taistelu. Yksi kolmesta taisteluvaiheesta tai etäisyydestä. Taisteluetaisyys. Etäisyys, jolla miekkailijoiden aseet kohtaavat ja miekkailijat yltävät lyömään toisiaan.
Nachreisen	Seuraaminen. Vastustajan poispäin liikkuvan aseeseen liikettä seuraava samansuuntainen ja -aikainen hyökkäys.
Nachslag	Vorsslagia seuraava jälkilyönti uuteen aukkopaikkaan.
Oberhaw	Ylälyönti. Ylhäältä alaspäin suuntautuva lyönti. Lähtee tyypillisesti Vom tagista oikealta olalta.
Ochs	"Härkä". Yksi neljästä Liechtenauerin varoasennosta. Kahva on pään sivulla edessä ja yläpuolella, kärki kohti vastustajan kasvoja. Peukaloote. Peukalo aseeseen alla lappeella.
Pflug	"Aura". Yksi neljästä Liechtenauerin varoasennosta. Kahva lantion vieressä, kärki kohti vastustajan kasvoja. Peukaloote. Peukalo aseeseen alla lappeella.
Versezen	Torjunta.
Vom tag	"Taivaalta", "Katolta". Yksi neljästä Liechtenauerin varoasennosta. Miekka olalla tai sen yläpuolella kahva hartian edessä tai pään vieressä. Vasen jalka edessä ase oikealla olalla kärki osoittaa yläviistoon taaksepäin tai ylöspäin.
Vorslag	Ensi-isku. Kriegin aloittava ensimmäinen hyökkäyslyönti.

Winden	Kääntäminen. Terän pitäminen kontaktissa vastustajan aseeseen samalla kun haetaan hyökkäys mahdollisutta terän kärkiosalla.
Zornhaw	Raivolyönti. Yksi viidestä Liechtenauerin ”mestarilyönnistä” tai ”salaisesta lyönnistä”. Viisto Oberhaw hyökkäävään aseeseen, tehden samanaikaisesti (Indes) miekan kärjellä vastahyökkäyksen (Zornhaw ort)
Zucken	Nykäisy. Nykäisemällä omaa asetta taaksepäin irrottautuminen kontaktista vastustajan aseeseen ja kiertäminen toiseen aukkopaikkaan.
Zufechten	”Kohti miekkailua”. Lähestymisvaihe tai etäisyys kohti Kriegiä noin kolmen hyvän askeleen päässä vastustajasta.

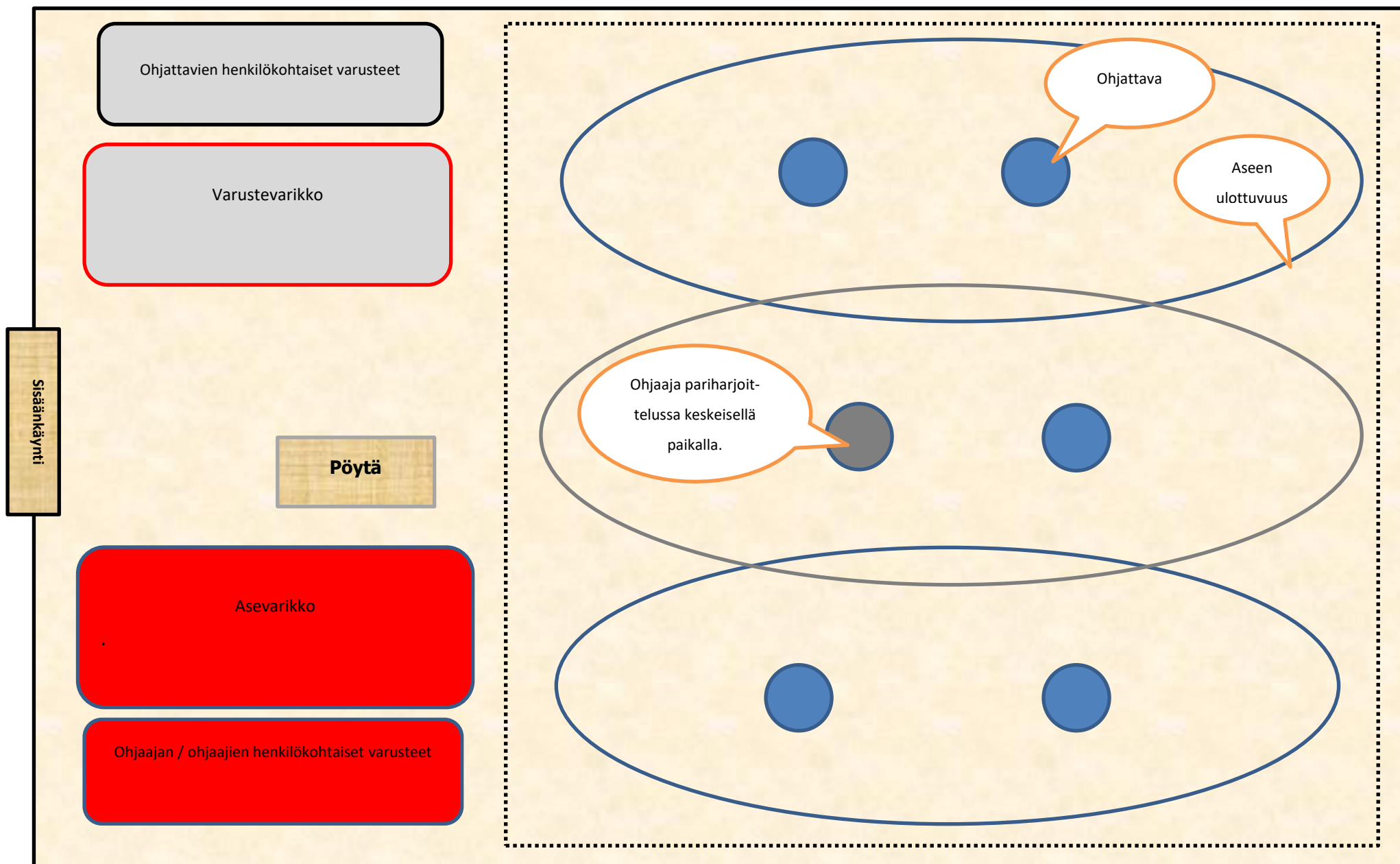
LIITE 2. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ



LIITE 3. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ YKSILÖHARJOITTELUSSA



LIITE 4. HARJOITUSSALIN TILAN KÄYTTÖ PARIHARJOITTELUSSA



LIITE 5. RISKIKARTOITUS: MIEKKAILURISKIT

	Merkityksetön	Vähäinen	Kohtalainen	Merkittävä	Sietämätön	Todennäköisyys	Toimenpiteet
Kevyt miekan osuma	x					S	1
Pintanaarmu		x				K	1
Nirha, ihoa rikki		x				K	1
Mustelma			x			K	1
Pintahaaava, iho rikki			x			K	1
Sormen murtuma				x		V	2, 3
Rannemurtuma					x	V	2, 3, 4
Tärähdys päähän				x		V	1
Aivotärähdys					x	V	2, 3
Silmävamma						V	4

Todennäköisyys:

V=vähäinen

K=Kohtalainen

S=suuri.

Toimenpiteet:

1. Ensiavun antaminen tarvittaessa
2. Ensiavun antaminen.
3. Ensiapuun toimittaminen.
4. Yhteys hätäkeskukseen 112 tarvittaessa.

Lähde: Laine, 2017.

LIITE 6. RISKIKARTOITUS: LIIKUNTARISKIT

	Merkityksetön	Vähäinen	Kohtalainen	Merkittävä	Sietämätön	Todennäköisyys	Toimenpiteet
Törmääminen salin reunaan tai muihin rakennelmiin			x			K	1
Rasitusvamma			x			K	1
Venähdys			x			K	2
Nyrjähdys			x			V	2
Lihasevähdys				x		V	2
Ruuhjevamma				x		V	1
Nivelen sijoiltaan meno					x	V	2, 3, 4
Lihase- ja jännerepeämit					x	V	2, 3
Tärähdys päähän				x		V	1
Rannemurtuma					x	V	2, 3, 4
Sairaskohtaus						V	4

Todennäköisyys:

V=vähäinen

K=Kohtalainen

S=suuri.

Toimenpiteet:

1. Ensiavun antaminen tarvittaessa
2. Ensiavun antaminen.
3. Ensiapuun toimittaminen.
4. Yhteys hätäkeskukseen 112 tarvittaessa.

Lähde: Laine, 2017.

LIITE 7. PROSESSIKAAVIO

	1. Ryhmän muodostaminen	2. miekkailijan identiteetti	3. Osana miekkailijaryhmää	4. Ryhmän ainutlaatuisuus	5. Ryhmän ja yhteisen kokemuksen ainutlaatuisuus	Päättöjuhla -Jäähvyäiset
	Alkutervehdys	Alkutervehdys	Alkutervehdys	Alkutervehdys	Alkutervehdys	Alkutervehdys
Aloit	Aseenkäsittelyn ohjeet Välineisiin tutustuminen: Fechtersspiel ja messer - miekat scheidendolch - tikari. Ryhmän nimi Säännöt Turvallisuussäännöt	Aseenkäsittelyn ohjeet. Turvallisuussääntöjen kerta- us. Ryhmän säännöt. Alkukeskustelu. Mitkä ovat tunnelmat ja odotukset.	Aseenkäsittelyn ohjeet Turvallisuussääntöjen ker- taus. Ryhmän säännöt. Alkukeskustelu. Mitkä ovat tunnelmat ja odotukset.	Aseenkäsittelyn ohjeet Turvallisuussääntöjen kertaus. Ryhmän sään- nöt. Alkukeskustelu. Mitkä ovat tunnelmat ja odotukset.	Aseenkäsittelyn ohjeet Turvallisuussääntöjen kertaus. Alkukeskustelu. Mitkä ovat tunnelmat ja odo- tukset.	Ruokailin kokonaisuuden esittely.
Tunnelman rakentami- nen.	Kuvat, kirjat, aseet mu- siikki. Alkuperäisten miekkailutermien käyttö. Lainaukset alkuperäis- teksteistä.	Musiikki, välineet, toiminta. Alkuperäisten miekkailuter- mien käyttö. Lainaukset alkuperäisteksteistä.	Musiikki, välineet, toiminta. Alkuperäisten miekkailu- termien käyttö. Lainaukset alkuperäisteksteistä.	Musiikki, välineet, toimin- ta. Alkuperäisten miekkai- lutermien käyttö. Laina- ukset alkuperäisteksteis- tä.	Musiikki, välineet, toimin- ta. Alkuperäisten miekkai- lutermien käyttö. Laina- ukset alkuperäisteksteis- tä.	Musiikki, kattaus, ruoka.
Sosiaalinen tavoite	Ryhmän tutustuminen. Ryhmän synnyttäminen. Väkivaltamielleyhtymien selvitys.	Miekkailijan henkinen asen- ne ja mielenlaatu. Miekan ja vastustajan kunni- oittaminen/ Osallisuus ryh- mään. Harjoitusparin kunnioittami- nen.	Miekkailijan henkinen asenne ja mielenlaatu. Ryhmän yhteisen tiedon jakaminen, ryhmään kuu- lumisen ja tilanteen ainut- laatuisuuden korostami- nen.	Miekkailijan henkinen asenne ja mielenlaatu. Ryhmän ainutlaatuisuu- den korostaminen.	Miekkailijan henkinen asenne ja mielenlaatu. Ryhmän ja yhdessä koe- tun ainutlaatuisuuden korostaminen.	Yhdessä koetun ainutlaa- tuisuuden korostaminen. Yhdessä koetun muiste- leminen. Reflektio. Koetun merkitys ja siirtäminen arkielä- mään. Ryhmän lopettaminen.
Välineet	Pitkämiekka, scheidendolch	Pitkämiekka, messer	Pitkämiekka, messer, scheidendolch	Pitkämiekka, messer	Pitkämiekka, messer	
Miekkailu- opit	Alkulämmittely. Miekkatervehdys Oberhaw, Vorslag, nachs- lag Perustorjunta. Oman aseen takana liikkuminen.	Alkulämmittely. Varoasennot: Alber pflug, vom tag, ohcs. Hyökkääminen ja puolusta- minen liikkeessä. Liikkeen ja etäisyyden hallin- ta. Scheidendolch-peli	Alkulämmittely. Pistot, absetzen, kärjen käyttö. Erilaiset aseet, samankal- taiset opit. Sparri.	Alkulämmittely. Taistelun vaiheet, zufech- ten, krieg, abzug. Erilaiset aseet, samankaltaiset opit. Sparri.	Alkulämmittely. Sparri. Kaksintaistelut.	
	Lopputervehdys	Lopputervehdys	Lopputervehdys	Lopputervehdys	Lopputervehdys	Lopputervehdys
Päättövaihe	Reflektio. Keskustelua. Minkälaiset tunnelman jäi. varusteiden kokoami- nen.	Reflektio. Keskustelua. Min- kälaiset tunnelman jäi. varus- teiden kokoaminen.	Reflektio. Keskustelua. Minkälaiset tunnelman jäi. varusteiden kokoaminen.	Reflektio. Keskustelua. Minkälaiset tunnelman jäi. varusteiden kokoami- nen.	Reflektio. Keskustelua. Minkälaiset tunnelman jäi. varusteiden kokoami- nen.	

LIITE 8. TOTEUTUSPÄIVÄKIRJA

Toteutuspäiväkirja

1/3

Päivämäärä:	
Paikka:	
Ohjauksen teemat ja tavoitteet:	
Ohjattavat:	
Muut paikka olleet henkilöt:	

Toteutuspäiväkirja

2/3

Päivämäärä:	
Paikka:	
Ohjattavat: Suullinen palaute ennen harjoittelua	
Ohjattavat: Suullinen palaute harjoittelun aikana	
Ohjattavat: Suullinen palaute harjoittelun jälkeen	
Ohjattavat: Muu kyselty palaute. Varoasentomenetelmä, hymiökortit tms.	
Ohjattavat: Sanattoman ja intuitiivisen viestinnän antama palaute	
Muiden läsnä olleiden henkilöiden palaute:	

Toteutuspäiväkirja

3/3

Päivämäärä:	
Paikka:	
Mikä meni hyvin	
Mikä meni huonosti	
Mikä yllätti	
Muita huomioita	
Kokonaisarvio	
Yhteenveto	
Huomioita seuraavaan ohjauskertaa varten:	

Aitoja keskiaikaisia miekkailuoppeja!



Kuva Fiore dei Liberin Fior di Battaglia-miekkailuoppaasta vuodelta 1409.

Hei,

Teen Savonia amk:ssa opinnäytetyötä, jonka aiheena on historiallinen miekkailu seikkailukasvatuksena kehitysvammaisille. Kyseessä on keskiaikaisista asetaidoista ja modernista kamppailulajista muokattu seikkailukasvatuksellinen toiminta. Ryhmään otetaan korkeintaan viisi asiasta kiinnostunutta osallistujaa.

Varsinainen toiminta toteutetaan viidellä ohjauskerralla kolmena viikonloppuna.

Toiminnan sisältö muodostuu paljolti miekkailuopista kahdenkäden pitkämiekkalla, yhdenkäden miekkalla ja tikarilla. Osallistujien toiveet otetaan toiminnassa huomioon. Viimeisen ohjauskerran päätteeksi pidämme päätöstilaisuuden, jossa syömme keskiaikahenkisen aterian, mm. syömme sormin käyttäen leipää lautasena.

Lähtökohtana ovat aidot historialliset miekkailuopit keskiajalta:

Döbringer Fechtbuch 1389,

Hans Leckühner Kunst des Messerfechtens 1482

Fiore dei Liberi: Fior di Battaglia 1409.

Välineinä käytetään synteettisiä harjoitusmiekkoja ja tikareita sekä tarpeen mukaan moderneja suojavaarusteita. Osallistujat pääsevät tutustumaan valvonnassa myös teräsaseisiin. Apuohjaajina on kokeneita lajin harrastajia.



Kuva pappi ja miekkailumestari Hans Leckühnerin Kunst des Messerfechtens -miekkailuoppaasta vuodelta 1482.



Ainutlaatuinen kokemus!

Kuva: Lentävä kalakukko tapahtumasta 2016.

Tavoitteet

Tavoitteena on tarjota erikoinen ja harvinainen keskiaikaisen miekkailutaidon toiminnallinen ja elämyksellinen kokemus. Päämäärä on vahvistaa ohjattavan myönteistä käsitystä itsestään ja antaa hänen elämäänsä itsetuntoa ja itse-luottamusta vahvistava positiivisen siirtovaikutus.

Ohjaajan miekkailutausta

Olen ollut tuomassa historiallista miekkailua Pohjois-Savoon ja Kuopioon. Aloitin itse lajin 2008 ja olin perustamassa Savon miekka -seuraa 2010.

Nykyään olen ko. seuran puheenjohtaja ja harjoitusten päävetäjä. Seuratoiminnan lisäksi olen vetänyt miekkailua mm. kouluissa ja päiväkodeissa

sekä erilaisia kursseja mm. Kulttuuriareena 44:ssä. Olen vetänyt miekkailu-työpajaa kehitysvammaisille Lentävä Kalakukko-tapahtumassa 2016.

Seikkailukasvatuksellisesti kuntouttavana ja voimaannuttavana toimintana olen käyttänyt historiallista miekkailua omassa työssäni etsivänä nuorisotyöntekijänä vuodesta 2015 lähtien.



Ohjaajan yhteystiedot

Mika Vesterinen

Puh: 050 3499 563

Sposti: mikaj.vest@gmail.com

Internet-sivut: www.swordman.fi

TARVITTAVA VARUSTUS

Osallistuja tarvitsee vain:

- Verryttelyhousut,
 - T-paita
 - Vesipullo
 - Sisäpelikengät (kenkien puuttuessa voi olla paljain jaloin).
- Suositeltava vakuutus: Normaali vapaa-ajan tapaturmavakuutus.

PAIKKA:

Alavan toimintakeskuksen liikuntasali. Siikaniemenkatu 4, Kuopio. Päätösjuhlan paikkaa ei ole vielä päätetty.

AIKATAULU

Miekkailutoiminta Alavan toimintakeskuksen liikuntasalissa:

10.3. Lauantai klo 12.00-14.00

11.3. Sunnuntai klo 12.00-14.00

17.3. Lauantai klo 12.00-14.00

18.3. Sunnuntai klo 12.00-14.00

25.3. Sunnuntai klo 12.00-14.00

+ päätösjuhla noin 14.00-16.00

Kuva Savon
Miekan
harjoituksista.



LIITE 10. MIEKKAILUTOIMINNAN VAATIVUUSLUOKITTELU KOHDERYHMÄLLE

	Helppo	Normaali	Vaativa	Erittäin vaativa	Liian vaativa
Miekkailutoiminta	<p>Miekkatervehdys: Ilman asetta ja eri aseilla: Fechtersspiel, messer, scheibendolch</p> <p>Varoasennot: Alberpflug, vom tag, ohcs.</p>	<p>Oberhaw Vorslag. Perustorjunta. Pistot.</p>	<p>Hyökkääminen ja puolustaminen liikkeessä. Nachslag Liikkeen ja etäisyyden hallinta. Erilaiset aseet, samankaltaiset opit. Kärjen käyttö. Oman aseensa takana liikkuminen. Sparri. Taistelun vaiheet: Zuechten, krieg, abzug. Scheibendolch-pelit</p>	<p>Absetzen. Sparri (<i>osalle ohjattavia</i>). "Kaksintaistelu"</p>	<p>"Kaksintaistelu" (<i>osalle ohjattavia</i>).</p>