



Tervise
Arengu
Instituut



VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014-2021

Aire Trummal, Anita Baumbach,
Karin Streimann

VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014-2021

Aire Trummal, Anita Baumbach,
Karin Streimann



Tervise Arengu Instituudi missioon on olla teaduspõhiste tervislike valikute kujundaja.

Väljaande andmete kasutamisel viidata allikale.

Soovitav viide käesolevale väljaandele: Trummal, A, Baumbach, A, Streimann, K. VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014–2021. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2021.

Sisukord

Sissejuhatus.....	4
1 Käitumisoskuste mängu olemus	5
2 Testprojekt õppeaastal 2014/2015.....	7
3 VEPA programmi maht	10
4 VEPA mentori roll.....	12
5 Õpetajate koolitamine ja kaasamine	14
6 VEPA vene õppekeele koolides	16
7 Veebiõppega seotud uuendused.....	17
8 Teavitustegevus ja materjalid.....	18
9 VEPA metoodika tulemuslikkus ja mõju.....	20
10 Arvamused VEPA kohta	26
11 Väljakutsed ja arengusuunad järgnevatel aastatel	28

Sissejuhatus

VEPA Käitumisoskuste Mängu metoodikat on 2021. aasta kevade seisuga Eestis rakendatud seitse õppeaastat. Selle aja jooksul on VEPA-ga liitunud 157 kooli ja 612 peamiselt algklasside õpetajat. Metoodika testimine leidis aset õppeaastal 2014/2015 ning sellele järgnes viie aasta pikkune Euroopa Sotsiaalfondi rahastatud projekt, mille käigus toimus ulatuslik laiendamine ja arendustegevus. Metoodika rakendamist koordineerib Tervise Arengu Instituut (TAI).

VEPA metoodika on tööriist õpetaja jaoks, mida kasutades arendatakse laste eneseregulatsiooni ning sotsiaal-emotsionaalseid oskuseid. VEPA metoodika terviklik rakendamine aitab luua laste arengut soodustavat keskkonda ja toetada klassis kõiki õpilasi. Selleks koolitatakse õpetajaid kasutama tunni ajal või väljaspool tundi erinevaid tööriistu, mängima koos lastega käitumise jälgimisele suunatud meeskonnamängu ning jagama üksteisele hea käitumise eest tunnustust. Koolikeskkonnas rakendatav sekkumine ennetab õpilaste vaimse tervise ja käitumise probleemide teket või süvenemist ning sellel on pikaajaline mõju lapse edasisele arengule ja valikutele.

Ülevaade kajastab arengut õppeaastate 2014/2015 kuni 2020/2021 jooksul. Kirjeldatud on VEPA Käitumisoskuste Mängu olemust, rakendamise ulatust, mentorite, õpetajate ja TAI tegevust ning VEPA metoodika rakendamise tulemuslikkust ja mõju.

1 Käitumisoskuste mängu olemus



VEPA metoodika kasutamine ennetab laste käitumise ja vaimse tervise probleemide teket või süvenemist.

PAX Good Behaviour Game (PAX GBG) ehk käitumisoskuste mäng on USA PAXISe Instituudis (www.paxis.org) dr Dennis D. Embry juhtimisel välja töötatud koolikeskkonnas rakendatav **tõenduspõhine ennetusprogramm**. Algne GBG versioon loodi 1960. aastatel Kansase Ülikooli teadlaste ja õpetaja Muriel Saundersi koostöös. PAX on algse GBG oluliselt täiendatud versioon.

Eestisse toodi metoodika õppeaastal 2014/2015 ja selle nimeks on **VEPA ehk VEel PArem**.



VEPA metoodika põhimõtted

- ✓ VEPA metoodika aitab õpetajal **luua klassis toetavat õpikeskkonda**, st suurendada paindlikkust ja turvalisust, tugevdada prosotsiaalset käitumist ja piirata probleemse käitumise ilminguid. Metoodika kasutamine suurendab õpetaja tõhusust klassi juhtimisel ja kaasamisel.
- ✓ VEPA metoodika aitab arendada laste oskusi lihtsate ja mänguliste strateegiate toel, mida **kasutatakse tavapärase õppetegevuse käigus**. Õpetaja tööriistad on VEPA mäng ja mitmesugused VEPA elemendid. Lisaks kasutatakse väljamõeldud VEPA keelt (nt spleem, kiidud, VEPA laps), et ennetada võimalikke stressireaktsioone ja tugevdada grupis meie-tunnet.
- ✓ VEPA arendab laste täidesaatvaid funktsioone (ümberlülitumine, kognitiivne paindlikkus, pidurdus) ja tähelepanu. See **aitab lastel analüüsida enda käitumist ja kohandada seda vastavalt olukorrale**.
- ✓ VEPA metoodika **arendab sotsiaal-emotsionaalseid oskusi**, mis võimaldab lastel luua hea kontakti kaaslastega ja tugevdada positiivset minapilti.
- ✓ VEPA on oma loomult mänguline, mistõttu **sobib see kõige paremini 1.–6. klassi õpilastele**. Teatud kohandustega saab metoodikat rakendada ka teiste vanuserühmade puhul.

VEPA elemendid

- ✓ VEPA elemendid on lihtsad **tõenduspõhised strateegiad**, mida õpetaja saab kasutada koolipäeva jooksul, et
 - suurendada paindlikkust ja turvatunnet (nt VEPA visioon, sobib/ei sobi kaardid),
 - tugevdada prosotsiaalset käitumist (nt kiidud, memme vigurid),
 - vähendada toksilisi mõjusid (nt suupill, nimepulgad),
 - piirata probleemset käitumist (nt hääletasemed, taimer).
- ✓ VEPA elemendid aitavad õpetajal hoida lapsi tegevustesse kaasatuna ja toovad tundi vaheldust, arendades samas keskendumist, ümberlülitamise oskust ja vastupidavust.

VEPA mäng on VEPA elementide kogum, mis võimaldab õpetajal tõhustada tunnis õppimist ja anda lastele suurema vastutuse oma käitumise eest. VEPA mäng toimub paralleelselt tunnitegevusega ning aitab lastel õppida reguleerima oma käitumist vastavalt olukorrale ja seda reflekteerima.

VEPA mängu kulgemine:

- ✓ Õpetaja valib tegevuse, määrab mängimise aja ja jaotab klassi meeskondadesse.
- ✓ Õpetaja lepib lastega tunnitegevuse käigus kokku sobivas ja mittesobivas käitumises. Mängu ajal jälgib õpetaja laste käitumist.
- ✓ Mängu lõppedes analüüsitakse koos toimunut ning tunnustatakse meeskondi, kes on täitnud käitumisega seotud eesmärgi.

2 Testprojekt õppeaastal 2014/2015



Testimise aasta eesmärk oli tuvastada, kas käitumisoskuste mäng Eesti kontekstis töötab ning teha vajalikke kohandusi.

Sihtrühm: 1. klassid, sest koolitee alguses aitab mängu rakendamine lastel koolikontekstiga kohaneda, ühtlustada koolivalmiduse taset ning parandada koolis hakkama saamist.

Koostööpartnerid: Tervise Arengu Instituut (projekti koordinaator), SA Kiusamise Vastu (mentorite tegevuse koordineerija), Siseministeerium (rahastaja).

Projekti elluviimine toimus kahes etapis: 1) kohandamine, 2) täiemahuline testimine. Kokku kaasati 20 kooli ja õpetajat ning 538 õpilast.

PROJEKTI KÄIK

Sügis, I etapp alates augustist 2014

- ✓ Kolmepäevane mentorite väljaõpe toimus septembris, koolitajaks oli PAXISe Instituut. Väljaõppe said 10 konkursiga valitud haridusvaldkonnas tegutsevat spetsialisti ning TAI töötajad.
- ✓ I etappi kaasati 10 kooli ja igast koolist üks klass. Koolid valiti piirkondadest, kus olid olemas eelnevalt koolitatud mentorid.
- ✓ Toimus sekkumise-eelne andmekogumine koolides.
- ✓ I etapi õpetajate ühepäevane koolitus toimus oktoobris, koolitajateks olid mentorid.
- ✓ Igale õpetajale määratati mentor, kes oli õppeaasta jooksul VEPA rakendamisel nõuandja. Toimused koolikülalused ja nõustamine telefoni või e-kanalite kaudu.
- ✓ Koostöös mentoritega kohandati materjalid (õpetajaraamat jm), VEPA sõnavara ja õpetajakoolitus Eesti kontekstile.

Talv, II etapp alates jaanuarist 2015

- ✓ II etappi kaasati 10 kooli, igast koolist üks sekkumis- ja üks kontrollklass (algselt 11, aga üks klass katkestas osalemise).
- ✓ Toimus teine andmekogumine koolides.
- ✓ II etapi õpetajate koolituspäev toimus jaanuaris. Igale õpetajale määrati mentor, kes toetas teda VEPA rakendamisel õppeaasta lõpuni.

Kevad, projekti lõpp juunis 2015

- ✓ Õppeaasta lõpuks olid I etapi koolid meetodikat rakendanud seitse ja II etapi koolid neli kuud.
- ✓ Toimus kolmas andmekogumine koolides.
- ✓ Juunis korraldas PAXISe Instituut mentorite jätkukoolituse.
- ✓ Õpetajatele toimus refleksioonipäev aprillis ja kooliaasta lõpu tänuüritus juunis.

ANDMETE KOGUMINE JA TULEMUSED

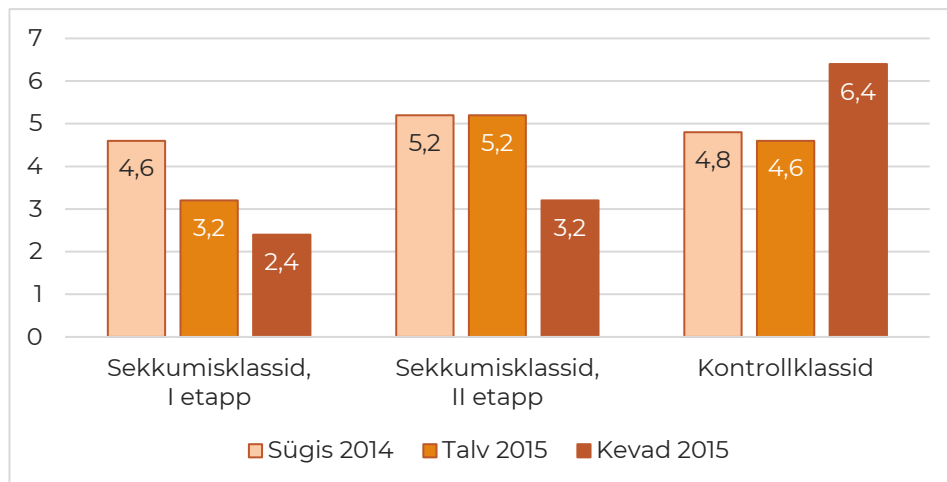
Testimise aastal oli andmete kogumise eesmärk pakkuda infot selleks, et aru saada, kuidas meetodikat kohendada, kuidas täiendada koolitusi, millist tuge õpetajad vajavad, kuidas valitud küsitlemise ja tunnivaatluse vahendid töötavad jmt. Samuti sooviti näha, mida näitavad kasutatud hindamisvahendid meetodika rakendamise tulemuslikkuse kohta.

Õpetajate tagasiside koolitusele

- ✓ Mõlemale õpetajate koolitusele järgnes tagasisideküsitlus.
- ✓ Õpetajad olid väga rahul koolitajate pädevuse ja teemade edastamise viisiga. Oma üldist ettevalmistust, et alustada klassis VEPA-ga, peeti heaks, kuid leidis ka osalejaid, kes olid kõhklevad. Õpetajad andsid tagasisidet, milliseid VEPA meetodika elemente oli kergem või raskem omandada.
- ✓ Tulemuste abil sai teha kohandusi nii koolituskavas kui ka tagasisideankeedis.

Mentorite ja TAI töötajate vaatlused

- ✓ Väljaõppe läbinud mentorid nõustasid õppeaasta jooksul VEPA õpetajaid ja külastasid tunde. Külastuste käigus ja järel täideti vaatluse ja kokkuvõtte vorme, et saada aru, milline on meetodika rakendustruudu4s (kui palju elemente ja kuidas kasutatakse). Testprojekti raames kujundati välja tagasiside viisid, mis oleksid abistavad ega kurnaks osalejaid asjatult.
- ✓ TAI töötajad vaatlusid kolmel korral VEPA klasside tunde, et lugeda „spleeme“ ehk soovimatut ja tunni läbiviimist segavat käitumist klassis (nt müra tekitamine, jutu ajamine, kõrvaliste asjadega tegelemine jne). Tunni ajal esinev soovimatu käitumine sekkumisklassides kevadeks kahanes, kontrollklassides aga kasvas (vt joonis 1).



Joonis 1. Mittesoovitud käitumiste arv 15 min jooksul ühe õpilase kohta kolmel mõõtmise korral (keskmine)

Küsimustikud õpilaste kohta

- ✓ Õpetajad täitsid oma klassi õpilaste kohta kolmel korral (sügisel, talvel ja kevadel) tugevuste ja raskuste küsimustiku (Strengths and Difficulties Questionnaire), mille põhjal arvutati välja skoorid, mis on seotud käitumise raskuste ja prosotsiaalsusega. Küsimustikku kasutati selleks, et mõõta meetodika mõju laste käitumisele ja vaimsele tervisele.
- ✓ Selgus, et II etapi sekkumisklassides vähenesid käitumisega seotud raskused ja kasvas prosotsiaalsus. Sarnaseid muutusi toimus aga ka kontrollklassides. I etapi sekkumisklassides olulisi muutusi ei olnud. Andmekogumisel oli takistuseks testimise aasta klasside ja õpilaste väike arv.

- ✓ Järgnevatel aastatel jätkati tugevuste-raskuste küsimustiku kasutamisega ning lisati õpetaja enesetõhususe küsimustik (Teachers' Sense of Efficacy Scale). Küsimustike valik lähtus PAXISE Instituudi soovitudest.

Õpetajate tagasiside õppeaastale

- ✓ Maikuus täitsid VEPA metoodikat rakendanud õpetajad tagasisideankeedi kogu õppeaasta kohta.
- ✓ Õpetajad olid mentori pakutud toetusega väga rahul. VEPA elementidest leidsid kõige aktiivsemat kasutamist suupill, taimer, memme vigurid, nimepulgad, VEPA väljendid ja kiidud. Leidus ka elemente, mille kasutamiseks soovis osa õpetajaid oskusi täiendada. Enamik õpetajaid mängis lastega 2–3 VEPA mängu päevas.
- ✓ VEPA-t rakendanud õpetajad märkasid positiivseid muutusi nii iseendas, klassi juhtimises kui ka õpilastes. Kõik õpetajad pidasid väga või pigem tõenäoliseks, et jätkavad VEPA metoodika kasutamist ka järgneval õppeaastal.

3 VEPA programmi maht



VEPA programmiga on liitunud 157 kooli, mis on peaaegu kolmandik Eesti üldhariduskoolidest (v.a gümnaasiumid ja täiskasvanute koolid).

Testimise aastale järgnenud viiel aastal viidi VEPA prorammi ellu Euroopa Sotsiaalfondi rahastamisel¹ ja õppeaastal 2020/2021 riigieelarvest. Tabelis 1 ja joonisel 2 on esitatud kõigi seitsme rakendamisaasta maht.

Piirkonniti on liitumine olnud mõnevõrra erinev. Vähemalt kolmandik koolidest (33–48%) on VEPA-ga liitunud Tallinnas ja Harjumaal, Tartus ja Tartumaal, Ida-Virumaal ning Hiiumaal. Vähemalt neljandik koolidest (25–32%) on liitunud Järvamaal, Läänemaal, Lääne-Virumaal, Raplamaal, Viljandimaal ja Võrumaal. Ülejäänud viies maakonnas (Jõgeva-, Põlva-, Pärnu-, Saare- ja Valgamaa) on VEPA-t kasutavaid koole vähem.

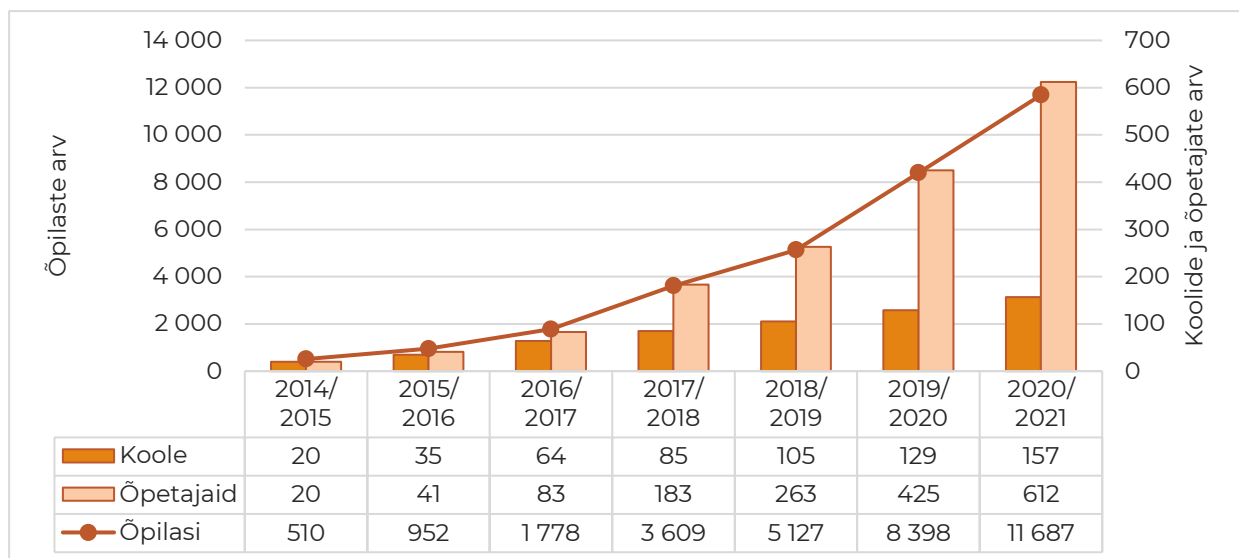
Paljud koolid saavad õpetajaid VEPA koolitusele mitu aastat järjest. Liitunud koolidest 58% (n = 91) on saatnud uusi õpetajaid koolitusele vähemalt kahel ja 34% (n = 53) vähemalt kolmel õppeaastal. Esimestel aastatel kaasati igast koolist korraga väljaõppesse üks õpetaja, hiljem valdavalt 2–4 õpetajat. Ligi pooltes koolides on 2020/2021. õa seisuga vähemalt neli VEPA õpetajat. 44% kõigist kaasatud klassidest on olnud 1. klassid, 37% 2.–3. klassid ning 15% 4.–6. klassid.

Tabel 1. VEPA metoodikat rakendanud koolide, õpetajate ja õpilaste arv õa kaupa

Näitaja	2014/ 2015	2015/ 2016	2016/ 2017	2017/ 2018	2018/ 2019	2019/ 2020	2020/ 2021	KOKKU
Koole	20	21	42	46	39	86	89	
sh uusi liitujaid	20	15	29	21	20	24	28	157
Õpetajaid	20	21	42	100	80	162	187	612
Õpilasi	510	442	826	1 831	1 518	3 271	3 289	11 687
sh 1. kl	510	442	723	790	726	1 245	1 122	5 558
sh 2.–3. kl			103	720	619	1 444	1 298	4 184
sh 4.–6. kl või muu*				321	173	582	869	1 945

* „Muu“ alla on arvestatud mõned liitklassid ja vanemad klassid (kokku 298 õpilast).

¹ Projekti „Riskikäitumise ennetamine, riskis olevate perede toetamine ning turvalise elukeskkonna arendamine“ raames toetatav tegevus 2.1.



Joonis 2. VEPA programmi rakendanud koolide, õpetajate ja õpilaste arv õppeaastate kaupa, kumulatiivne

4 VEPA mentori roll



Metoodika rakendamisel on oluline roll mentoritel, kes aitavad õpetajatel koolitusel omandatud teadmisi igapäevatoos kasutusele võtta ja leida viise, kuidas siduda VEPA metoodika õpetaja tööstiiliga.

Mentorite kolmepäevast väljaõpet teeb PAXISe Instituut ning neid on toimunud neli: sügisel 2014 ning kevadel 2016, 2017 ja 2019.

Mentori ülesanded

- ✓ VEPA mentor toetab õpetajat nii koolis tunde vaadeldes kui ka telefoni või e-kanalite kaudu nõustades. Tunnivaatlusi teeb mentor selleks, et paremini mõista õpetaja ja õpilaste vajadusi ning toetada metoodika kvaliteetset rakendamist. Algselt toetas mentor õpetajat ühe öa jooksul. Edaspidi prooviti 1,5 öa pikkust toetust, et aidata õpetajal VEPA-t edasi kasutada ka peale suvevaheajaga.
- ✓ Alates 2018. aastast juhendab mentor ka kovisiooni grupe (kui koolis on mitu VEPA õpetajat) ja kohtub kooli juhtkonnaga, et toetada metoodika kasutamist koolis. Võimaluse korral osaleb mentor ka lastevanemate teavitamises.

Mentorite pädevuste arendamine

- ✓ 2017. aastal kohandati eesti keelde PAXISe instituudi mentorite juhendmaterjal.
- ✓ Mentorite motivatsiooni ja pädevuse hoidmiseks toimuvad igal aastal täienduskoolitused (PAXISe Instituudi või mõne muu partneri poolt), talve- ja suvekoolid ning kovisioonid.
- ✓ Osa mentoritest on arenenud VEPA koolitajateks, kes teevad õpetajate väljaõpet. 2019. aastal laiendati nende rolli ning koolitajad pakuvad tuge ja kovisioone oma piirkonnas tegutsevatele mentoritele. Ka korraldavad nad õpetajate regulaarseid online-kohtumisi ja toetavad mitu aastat VEPA-t rakendanud kogunud õpetajaid.
- ✓ Koolitajaid ja mentoreid toetavad VEPA meeskonnaliikmed TAI-s.

Piirkonna- ja koolimmentor

- ✓ Esimestel aastatel olid kõik VEPA mentorid piirkonnamentorid, kes toetasid oma piirkonnas õpetajaid ühes või mitmes koolis. Alates 2018. aastast on arendatud koolimmentorite süsteemi, et tagada koolis VEPA pikaajaline rakendamine.
- ✓ Välja töötati koolimmentorite koolituskava ning koolimmentorlust katsetati 10 koolis üle Eesti õppeaastal 2018/2019. Koolimmentoriks võib saada eelnevalt VEPA väljaõppe läbinud õpetaja või tugispetsialist. Koolimmentor toetab uusi VEPA õpetajaid oma koolis, kasutades piirkonnamentoriga samu meetodeid (tunnivaatlust, individuaalset nõustamist jm).
- ✓ 2019/2020. õa-l oli koolimmentor 44 koolis ja 2020/2021. õa-l 37 koolis. Üks koolimmentor toetas 1–4 õpetajat ning üks piirkonnamentor 2–10 õpetajat.

2020/2021. õa-l tegutses 17 koolitajat (neist osa ka mentorid), 24 piirkonna- ja 42 koolimentorit. Mentorid töötavad kõigis maakondades.



Mentorite
kordaminekud õa
jooksul (näiteid
tagasisidest 2019-2021).

„Õpetajad on olnud väga positiivsed, õpihimulised ja aktiivsed. Õnnestus hea usalduslik suhe luua, mille pinnalt koos areneda ja õppida. Kogenud õpetajatel on ka alati mulle palju õpetada.“

„Olen uhke kõigi oma õpetajate üle. Mul on hea meel nende üle, kes alguses olid skeptilised, aga tegid siis VEPA elementid enda omaks ja kasutavad neid nüüd pidevalt.“

„Tunnen, et olen suutnud olla õppeaasta vältel õpetajale toeks. Olen aru saanud, kui tähtis on VEPA õpetajatele, kes on töötanud koolis vähe aega.“

„Tunnen, et minuga jagatud õpetajate eduelamused on ka minu eduelamused.“

„Nägin mitme õpetajaga koostöös kuidas nende klassis oli VEPA elementide ja mängu kasutusele võtmise järel näha tuntavat olukorra paranemist.“

5 Õpetajate koolitamine ja kaasamine



Seitsme õppeaasta jooksul on VEPA-ga liitunud 612 õpetajat 157 koolist. Kolmandik koolidest on uusi õpetajaid väljaõppesse saatnud vähemalt kolmel õppeaastal ning kolmandikus koolides on VEPA-t kasutama hakanud vähemalt viis õpetajat.

Koolide ja õpetajate valikul vaadatakse piirkondlikku katvust ning väga oluline on õpetajate enda soov VEPA-t rakendama asuda. Alates 2020. a kevadest on õpetajatele, kes soovivad järgmisel õppeaastal VEPA-ga liituda, korraldatud teavitussüritusi veebis, et anda täpsemat infot VEPA metoodika ja korralduslike aspektide kohta. Liituda soovivad õpetajad täidavad ka lühikese ankeedi, mis annab võimaluse mõelda enda jaoks läbi liitumise eesmärk, ootused ja võimalikud väljakutsed. Nii **saavad õpetajad võtta VEPA-ga liitumise kohta vastu läbikaalutud otsuse**. Alates 2018. aastast sõlmitakse liituvate koolidega partnerluslepingud, kinnitamaks poolte õigusi ja vastutust.

Õpetajate väljaõpe

- ✓ Õpetajakoolitust on aja jooksul pidevalt arendatud. Esimestel aastatel toimus see kooliaasta alguses kahel järjestikusel päeval ning õppeaasta jooksul lisandus täienduskoolituse või refleksioonipäev. Viimastel aastatel on toimunud sügisel kaks eraldi koolituspäeva, mille vahele jääb umbes kuu aega, et õpitud praktiseerida. Esimesel päeval õpitakse VEPA elemente ja teisel VEPA mängu. Kolmas koolituspäev toimub uue kalendriaasta esimeses kvartalis lisaelementide omandamiseks. Nii ei ole infotulv korraga liiga suur ning **uut õppimist ja proovimist jagub kogu õppeaastaks**.
- ✓ Koolituste tähtis osa on **kogemuste jagamine õpetajate vahel ning praktikast võetud juhtumite käsitlemine**. Aja jooksul on koolituse fookus läinud varasemast enam selgitamisele, mil viisil arendab VEPA metoodika laste eneseregulatsiooni ja sotsiaal-emotsionaalseid pädevusi.
- ✓ Iga õpetaja saab endale **VEPA tööriistade komplekti ja õpetajaraamatu**. Õpetajaraamatut on pidevalt täiendatud nii keeleliselt, sisuliselt (metoodilised uuendused) kui ka visuaalselt (Eesti koolide põhised fotod).

Enesetäiendamised ja kohtumised

- ✓ Alates 2017. a on kord aastas pakutud kogemus- või koostööpäeval osalemist ka nendele õpetajatele, kes läbisid väljaõppe mitu aastat tagasi (ja ei saa enam mentori toetust). Nii **saab innustada õpetajaid VEPA-ga jätkama mitu õppeaastat järjest** ja ka juhutatava klassi vahetudes.
- ✓ Alates 2019. a toimuvad regulaarsed õpetajate online-kohtumised koolitajaga. Iga kohtumise fookuses on kindel VEPA metoodikaga seotud teema, nagu nt VEPA rollid, VEPA ja erivajadusega õpilased jne. Kohtumistest saavad osa võtta eri kogemusega VEPA õpetajad.
- ✓ **VEPA koolitustest saavad osa ka kooli tugipersonali liikmed ja juhtkond**. Esimestel aastatel oli neil võimalik soovi korral osaleda õpetajakoolitusel. Alates 2018. a toimuvad eraldi ühepäevased koolitused juhtkonnale ja 2019. aastast ka tugipersonalile, et ühtlustada koolisest arusaama metoodikast ning soodustada koostööd.
- ✓ Iga õppeaasta lõpus on toimunud sellel aastal VEPA metoodikat rakendama asunud õpetajatele tänuüritus, kus tunnustatakse koole, õpetajaid ja mentoreid ning valdkondlikud eksperdid jagavad lisateadmisi või metoodilisi võtteid.



Mida õpetajad koolitusel abistavaks peavad (näiteid tagasisidest 2019 ja 2020).

„Väga abistav-selgitav oli koolitajate jutt VEPA metoodikast üldiselt, selle tõendus põhised.“

„Koolitajad usuvad sellesse meetodisse ja tunnevad seda hästi. Nad oskavad julgustada ja mõista võimalikke probleeme.“

„Kõige olulisem oli, et sain oma küsimustele vastused. VEPA-ga alustades tekivad erinevad situatsioonid, millele iga kord ei tea head lahendust.“

„Inspireeriv oli kuulata kolleegide kogemusi, muljeid ja murekohti.“

„Koolitus andis kindlustunde, et kui VEPA-t kasutada, siis tulemused tulevad. Meeldis, et saime ise kõike läbi teha.“



Mida koolijuhid koolitusel abistavaks peavad (näiteid tagasisidest 2019 ja 2020).

„Sain programmist tervikuna süsteemse ülevaate ja oskan olla õpetaja mõtetega kaasas.“

„Sain kinnitust, et VEPA toetab õppe-kasvatustööd koolis.“

„Nüüd on mul selge arusaam ja põhjendus, miks just VEPA on meile sobilik.“

„Sain teada kasutatavatest võtetest ja meetodite rakendamisest. Miks midagi vaja läheb ja mida see arendab.“

„Koolitus aitas näha suurt pilti ja teisalt andis konkreetseid ideid.“

Hariduslike erivajadustega lapsed ja VEPA

- ✓ VEPA metoodika sobib ka tööks hariduslike erivajadustega (HEV) lastega, kuna aitab õpetajal luua turvalist ja struktureeritud keskkonda ning püstitada selgeid ootusi laste käitumisele.
- ✓ HEV-laste teema on integreeritud õpetajate VEPA baaskoolitusse. Ka on see olnud kovisiooni gruppide, veebikohtumiste ja 2020. a suvel toimunud õpetajate koostööpäeva teema.
- ✓ VEPA metoodikat rakendatakse kolmes erikoolis (kus õpilastel esineb aktiivsus- ja tähelepanuhäiret, autismi, spetsiifilisi käitumisraskusi või arenguhäireid) ning tavakoolide väikeklassides, kus õpib käitumis- või õpiraskustega lapsi.
- ✓ Eesti koolides tehtud kaheaastane uuring on näidanud, et VEPA metoodika mõju on kõige suurem laste puhul, kellel on käitumise, keskendumise jmt rohkem raskusi (vt ptk 9).

6 VEPA vene õppekeele koolides



Õppeaastal 2019/2020 toimus märkimisväärne laienemine vene ja eesti-vene õppekeele koolide suunal, millele eelnes kvalitatiivne uuring, et selgitada koolide valmidust ja vajadusi liitumisel.

Õppeaastad 2014/2015 ja 2015/2016

- ✓ Esimesel aastal alustati ka metoodika kohandamist vene keelde. Vene keelde tõlgiti VEPA metoodika sõnavara, õpetajaraamat ja vajalikud materjalid (memme vigurid, plakatid klassis kasutamiseks jm), mida järgnevatel aastatel täiendati.
- ✓ VEPA-ga liitus üks vene õppekeele kool.

Õppeaastad 2016/2017 ja 2017/2018

- ✓ Vene keeles said kättesaadavaks tutvustavad materjalid: metoodikavideo, voldik, regulaarse VEPA uudiskirja kokkuvõte, kajastused VEPA Facebooki lehel. Vene keelde tõlgiti vanemaraamat „VEPA KODU“ (paber kandjal ja veebis).
- ✓ Mõlema õppeaasta alguses komplekteeriti uutele liituvatele õpetajatele venekeelne koolitusgrupp.
- ✓ VEPA-ga oli liitunud seitse vene õppekeele kooli.

Kolm viimast õppeaastat

- ✓ Vene keeles said kättesaadavaks uued VEPA metoodikat tutvustavad videod. Jätkati venekeelsete teavituste, postituste, infotundide ja õpetajate koolitustega.
- ✓ Uuendati nii eesti- kui venekeelset õpetajate koolituskava vastavalt metoodika arendustele PAXISe Instituudis. 2020. a lisandusid venekeelsed õpetajate online-kohtumised koolitajaga, et peale koolituspäevi metoodika igapäevatoos rakendamise teemasid läbi käia.
- ✓ 2019. a sügisel komplekteeriti koolitusgrupp Tallinna vene õppekeele koolide õpetajatele ja tugipersonali liikmetele Tallinna Haridusameti toetusel, et rohkem soovijaid saaksid VEPA metoodikat kasutada. Ka tekkis suurem huvi Ida-Virumaa koolides, mille baasil moodustus teine venekeelne koolitusgrupp.
- ✓ Õppeaastal 2019/2020 toimus suurem laienemine vene õppekeele koolide suunal. **VEPA-ga on liitunud kokku 27 vene või eesti-vene õppekeele kooli.** Metoodikat on kasutanud 107 õpetajat ja 2 227 õpilast (kõik nendest ei ole seejuures vene õppekeele klassides). **Venekeelseid mentoreid on 9.**

2018. a korraldati kvalitatiivne uuring. Toimusid intervjuud vene õppekeele koolide õpetajate, kooli juhtkonna esindajate ning Tallinna ja Ida-Virumaa linnavalitsuse haridusüksuste esindajatega. Uuringust selgus, et

- ✓ vene koolide õpetajad vajavad oma töös ajakohaseid meetodeid,
- ✓ vene koolide keskkond võib olla konservatiivsem ja uute lahenduste pakkumisel on vaja teha rohkem selgitustööd,
- ✓ koolid vajavad infoüritusi ja soovivad tutvuda VEPA-ga liitunud koolide praktikaga,
- ✓ huvi pakub VEPA metoodika mängulisus ja õpilaste aktiivne kaasamine,
- ✓ takistuseks uute meetodite kasutusele võtmisel on õpetajate suur koormus, kuid neid õpetajaid, kes VEPA metoodikat rakendavad, motiveerib selle nähtav mõju laste käitumisele.

7 Veebiõppega seotud uuendused



Enamik õpetajaid asus VEPA elemente kasutama ka distantsõppe ajal ning säilitas kontakti mentoriga.

Õpetajate koolitamine ja toetamine

- ✓ Seoses COVID-19 leviku esimese lainega 2020. aasta kevadel seisis VEPA programm silmitsi uute väljakutsetega. Viimane õpetajate **koolituspäev tuli** osal juhtudel **kiiresti kohandada e-kanalitel põhinevaks koolituseks**. Ka õppeaasta lõpu tänuüritus toimus veebi vahendusel. Tekkis vajadus asuda arendama VEPA veebikoolituste formaati, millega jätkati intensiivselt uuel õppeaastal. 2020/2021 õa-l toimus enamik koolituspäevi e-keskkonnas.
- ✓ Kui koolid läksid üle distantsõppele, ei saanud mentorid ega õpetajad jätkata VEPA-ga tegelemist tavapärasel viisil. Mentoritel ei olnud võimalik tunde vaadelda ka siis, kui klassid olid kontaktõppel, aga koolidesse ei lubatud kooliväliseid inimesi. Koostöösuhteid tuli kohandada uuele olukorrale.
- ✓ 2019/2020. õa-l oli kevadise distantsõppe ajal mentoriga jätkuvalt kontaktis kaks kolmandikku õpetajatest ning 2020/2021. õa-l (eri aegadel toimunud distantsõppe ajal) kolmveerand õpetajatest. Mentoriga vesteldi VEPA elementide kasutamisest e-kanalites, laste toetamisest distantsõppel ning õpetaja toimetulekust ja motivatsiooni hoidmisest. Osa mentoreid proovis ka online-tundide külastamist. Õpiti üksteise praktikast.

VEPA elementide kasutamine distantsõppe ajal

Kahel viimasel aastal küsiti õpetajatelt õppeaasta lõpu tagasisideankeedis (millele vastavad sellel aastal VEPA-ga liitunud uued õpetajad), kuidas on distantsõppe ajal VEPA rakendamine õnnestunud.

- ✓ Enamik õpetajaid asus VEPA elemente kasutama ka distantsõppe ajal. 2019/2020. õa kevadel tegi seda 77% õpetajatest ja 2020/2021. õa-l juba 92% õpetajatest.
- ✓ **Kõige rohkem kasutati nimepulki, taimerit, kiidusid ja memme vigureid**. VEPA mängu proovis ekraani vahendusel 2019/2020. õa-l kümnendik ning 2020/2021. õa-l neljandik õpetajatest.
- ✓ Oluline osa õpetajatest leidis siiski, et VEPA kasutamine distantsõppe ajal hästi ei õnnestunud. Näiteks märgiti, et e-kanalites toimunud tundide ajal oli aega vähem, kõigil lastel ei olnud kaamera sees, lapsi oli raskem jälgida, osa elemente ei olnud vajalikud või ei olnud võimalik neid kasutada (kuna lapsed ei olnud klassis koos) ning esines tehnilisi takistusi. Kuid oli ka erinevaid häid kogemusi.



Millised olid õpetajate õnnestumised distantsõppe ajal (näiteid tagasisidest 2020 ja 2021).

„Rahustamaks lapsi, oli omal kohal kokkulepitud käemärkidega suhtlemine. See elavdas Zoomis õppimist.“

„Nimepulgad ja hääletasemed toimisid videotunnis sama hästi kui tavatunnis.“

„Memme vigurid meeldisid lastele rohkemgi kui klassis. Liikumispause oli rohkem vaja.“

„Kasutasime põhiliselt kiidusid ja need toimisid väga hästi. Virtuaalne kiidude sein oli täis positiivsust ja häid soovet.“

8 Teavitustegevus ja materjalid



Teavitus ja materjalid annavad huvitatud koolidele ülevaate VEPA meetoodika olemusest ning aitavad liitunud koolidel ja õpetajatel vahetada omavahel infot ja VEPA praktikat. Teavitatakse ka lapsevanemaid ja laiemat avalikkust.

VEPA koduleht

- ✓ 2015. aastal alustati VEPA veebilehe loomist. Täna sisaldab veebilehekülg vepa.ee infot VEPA meetoodika olemuse, programmiga liitumise, liitunud koolide, tegutsevate mentorite, saavutatud tulemuste jmt kohta.
- ✓ Facebooki keskkonnas tutvustatakse programmi, jagatakse päevakohast infot ja uudiseid ning hoitakse VEPA kogukond aktiivsena (koolide vahvate tegevuste jagamine jmt).
- ✓ 2017. aastal töötati välja VEPA logo.



VEPA materjalid ja teavitused

- ✓ Aastatel 2015–2017 on arendatud VEPA materjalide kujundust, et need oleksid lastesõbralikud ja tunni ajal kergesti kasutatavad. Plakatid, kiidude blanketid, memme vigurid jm. 2020/2021. õa-l töötati (peamistele tööriistadele lisaks) välja VEPA pildikaartide komplekt, et õpetaja saaks VEPA mängu raames kasutada lastega kokkulepete sõlmimisel illustratiivset materjali.
- ✓ 2017. a koostati VEPA-t tutvustav voldik, mida teavitusüritustel jagada. Aastatel 2017–2019 on tehtud mitu videot: VEPA meetoodika kasutamine klassis (õppevideo õpetajate ja mentorite väljaõppe jaoks), VEPA mängu rakendamine klassis, VEPA elementide tutvustus, spleemide lugemise näited, laste arvamused VEPA kohta, VEPA meetoodika mõjust osaliste vaates.
- ✓ 2018. a valmis lastevanematele mõeldud raamat „VEPA KODU“, et lihtsustada VEPA meetoodika tutvustamist vanematele ning innustada neid koolis rakendatavat meetoodikat ka kodus kasutama. Raamatut levitatakse koolide kaudu.
- ✓ VEPA meetoodikat on tutvustatud konverentsidel ja seminaridel ning avaldatud artikleid (Õpetajate Lehes ja mujal). Infot levitavad nii TAI töötajad, mentorid ja koolitajad kui ka VEPA õpetajad.



VEPA KODU



**VEPA käed
aitavad
ei tee
haiget**

© PAXIS instituut, 2002-2012. All rights reserved. No reproduction allowed without written permission. PAX Good Behavior Game is registered trademark.
© Tervise Arengu Instituut VEPA kultuuriloostuse Mängu Käitumiskoolitus Mängu lootab Euroopa Liidu struktuurifondi ja Sotsiaalteenuste projekti „Riskikäitumise ennetamine, riikis olevate perede toetamine ning turvalise elukeskkonna arendamine“ tegevuse nr 2.1 „Käitumiskoolituse mängu arendamine ja laadimine. Õpetate koolis toimetuleku parandamiseks ja riskikäitumise ennetamiseks“ raames, 01.07.2013-31.12.2021






9 VEPA metoodika tulemuslikkus ja mõju



Nii rahvusvahelised teadusuuringud kui ka Eestis läbi viidud mõju-uuring näitavad käitumisoskuste mängu metoodika tulemuslikkust ennetustöös.

Rahvusvaheliselt on käitumisoskuste mängu metoodika kohta hulgaliselt teadusuuringuid, et selgitada selle nii lühema- kui ka pikemaegset mõju lastele. Uuringud on näidanud, et sekkumise rakendamine koolikeskkonnas (vt Washingtoni avaliku poliitika instituudi 2018. a [kulu-tulu analüüsi](#)):

- ✓ vähendab käitumisprobleeme (tähelepanu- ja keskendumise raskused, agressiivsus jm),
- ✓ vähendab tugiteenuste kasutamist ja suunamist käitumis- või õpiraskustega laste klassi,
- ✓ vähendab depressiooni tekke tõenäosust ning ennetab suitsiidset käitumist,
- ✓ ennetab sõltuvusainete tarvitamist,
- ✓ vähendab alaealiste õigusrikkumisi ja kuritegelikku käitumist,
- ✓ suurendab õpiedukust ja akadeemilisi saavutusi (keskkooli lõpetamine, ülikooli astumine).

Eestis kogutakse igal aastal õppeaasta kohta tagasisidet sellel aastal VEPA-ga alustanud õpetajatelt ja mentoritelt. Mitmel aastal on õpetajad kooliaasta alguses ja lõpus täitnud õpilaste ja enda kohta küsimustikke, et võrrelda tulemusi enne ja peale VEPA rakendamist. 2017. a telliti VEPA programmi vahehindamine ning aastatel 2016–2018 toimus kontrollgrupiga mõju-uuring.

ÕPETAJATE TAGASISIDE

- ✓ Läbi aastate on õpetajad VEPA elementidest kõige aktiivsemalt kasutanud nimepulki, taimerit, suupilli, memme vigureid ja kiidusid, aga ka hääle tugevuse käemärke ja VEPA keelt või väljendeid. Õppeaastal 2016/2017 ja 2017/2018 küsiti, miks mingid elemendid on õpetajate lemmikud ja järgneval leheküljel on toodud näited põhjendustest.
- ✓ Õpetajad on läbi aastate olnud mentorite toetusega väga rahul. Keskmised hinnangud mentorite teemade valdamisele, tagasiside andmisele, kättesaadavusele jmt on kuuepallisel skaalal jäänud vahemikku 5,4–5,9.
- ✓ Pool kuni kolmveerand õpetajatest on leidnud, et nad kindlasti jätkavad VEPA rakendamist ka järgmisel õppeaastal. Ülejäänud arvavad, et nad pigem jätkavad ning õpetajaid, kes ei plaani jätkata, on olnud üksikuid.
- ✓ Õpetajatelt on tagasisides ka pidevalt küsitud, milliseid muutusi nad näevad nii õpilastes kui iseendas. Enam märgitud vastused on:
 - vähem tegelemist õpilaste korrale kutsumisega ja rohkem aega õppetöök, s
 - õpetaja on rahulikum ja enesekindlam ning saab õpilastega paremini kontakti,
 - õpilased märkavad üksteise käitumist ja vähenenud on tundi segav käitumine,
 - suurenenud on laste enesekontroll ning lapsed pingutavad tunnis rohkem,
 - lapsed on sõbralikumad ja abivalmimad ning teevad rohkem koostööd.
- ✓ Neljal esimesel aastal on õpetajad sügisel (enne rakendama asumist) ning kooliaasta lõpus täitnud tugevuste ja raskuste küsimustiku iga õpilase kohta ning õpetaja

enesetõhususe küsimustikku. On täheldatud, et kevadeks vähenevad laste käitumisega seotud raskused. Kõige rohkem vähenevad tähelepanu ja keskendumisega seotud raskused ning suureneb prosotsiaalsus. Õpetajate enesekohase küsimustiku põhjal suureneb õpetaja võime klassi juhtida ja õpilasi kaasata. Samu küsimustikke kasutati ka kontrollgrupiga mõju-uuringus, mida on järgnevalt täpsemalt kajastatud.

NIMEPULGAD



„Lapsed mõtlevad paremini kaasa, sest kunagi ju ei tea, kelle nimi nüüd tuleb.“

„Vastata saavad kõik lapsed. Välistatud on ühtede ja samade laste küsimine.“

„Hea valikut teha ükskõik mis eesmärgiks, nt rühmadesse jagamiseks.“

SUUPILL



„Rahumeelne üleminek ühelt tegevuselt teisele.“

„Õpilased on sellega harjunud ning tähelepanu on kohe koondatud.“

„Aitab tuua tähelepanu tagasi tegevusele ning mõjub rahustavalt. Suupill säästab ka õpetaja häält.“

TAIMER

„Motiveerib lapsi aega otstarbekamalt kasutama.“

„Taimer on hea erinevate tegevuste ajaliseks reguleerimiseks.“

„Hoiab kogu töö vältel tähelepanu ülesandel.“

MEMME VIGURID



„Saab kasutada tunnis liikumisena ja õpilased on motiveeritud.“

„Memme vigurid on puhkuseks alati vahvad.“

„Motiveerivad lapsi positiivselt käituma ja toovad tundidesse elevust.“

„Lapsed harjuvad üksteises positiivset märkama ja seda ütleva.“

KIIDUD

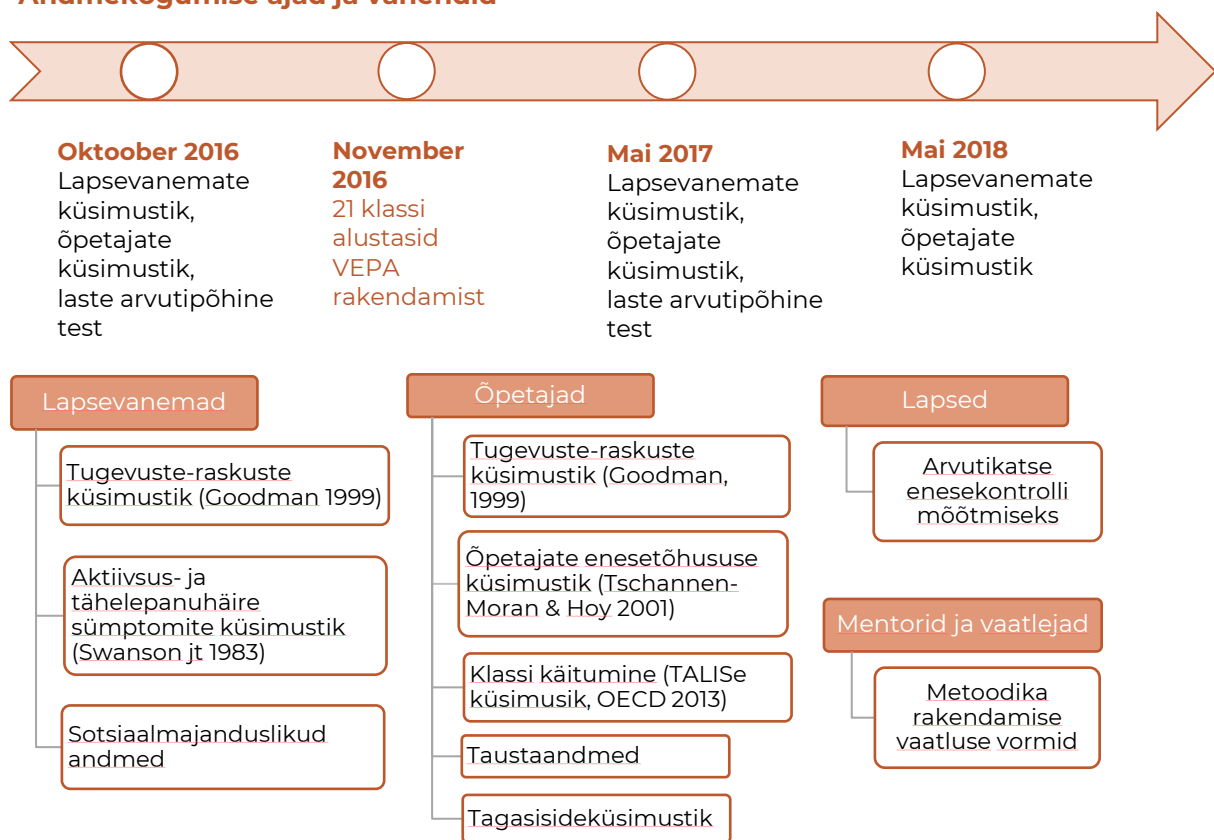
„Kaaslase märkamine.“

„Kiidud on ka lapsevanemate lemmikud, sest nende mõju jõuab koolist koju.“

EESTI MÕJU-UURING

- ✓ VEPA programmi kaheaastane mõju-uuring toimus TAI nooremteaduri Karin Streimanni juhtimisel Tallinna Ülikooli doktorioõppe raames aastatel 2016–2018.
- ✓ Eesmärgid: Uurida VEPA mõju laste vaimsele tervisele ja käitumisele ning õpetajate enesetõhususele. Selgitada, kas VEPA mõju on erinev sooti ning erinevas riskis olevate laste jaoks.
- ✓ Valim: 1. klasside õpilased, klassijuhatajad, lapsevanemad. 21 sekkumis- ja 21 kontrollklassi (juhuvalik) ning õpetajat. Vastavalt 362 ja 346 õpilast.
- ✓ Andmekogumise ajad ja viisid on näidatud alltoodud joonistel. Avaldatud on [teadusartikkel](#): Streimann, K., Selart, A., Trummal, A. (2019). Effectiveness of a Universal, Classroom-Based Preventive Intervention (PAX GBG) in Estonia: a Cluster-Randomized Controlled Trial. Prevention Science.

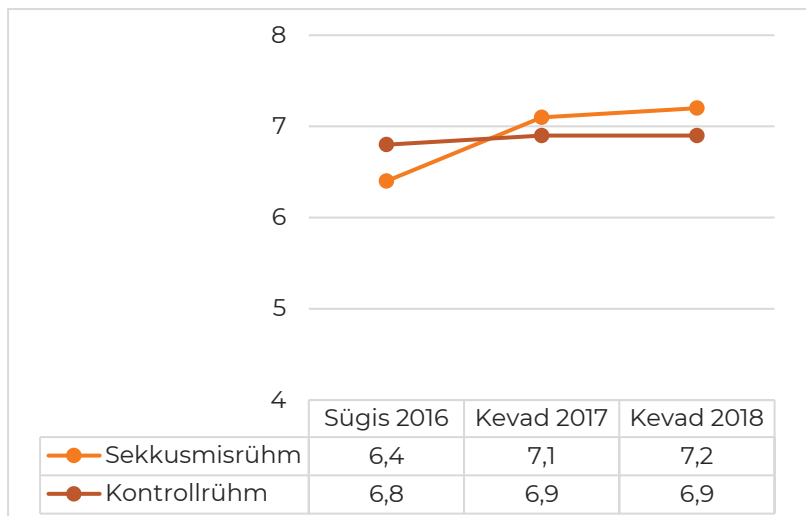
Andmekogumise ajad ja vahendid



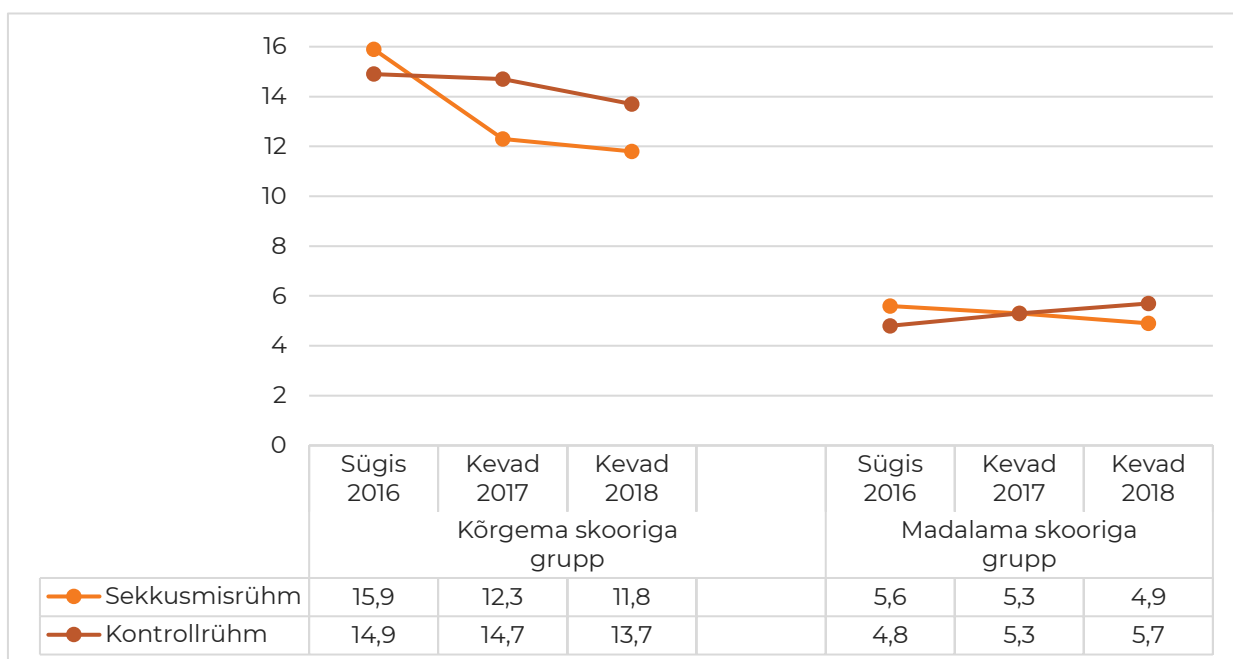
Peamised uuringutulemused

- ✓ VEPA elementide rakendamise sagedus ja kvaliteet olid koolides väga heal tasemel.
- ✓ Õpetajate täidetud küsimustike andmetel **vähenesid** VEPA klassides 1. aasta lõpuks **laste käitumise ning tähelepanu ja keskendumisega seotud raskused**. 2. aasta lõpuks oli muutus veelgi suurem.
- ✓ VEPA klassides **kasvas õpetajate tõhusus klassi suunamisel ja õpilaste kaasamisel**.
- ✓ Lapsevanemate hinnangul suurenes VEPA klasside laste prosotsiaalne käitumine (hoolivus, abivalmidus) ja vähenesid emotsionaalsed raskused.
- ✓ Laste enesekontrolli mõõtva arvutipõhise testi tulemused ei muutunud.
- ✓ Tüdrukutel oli poistest vähem raskusi, kuid **nii poisid kui tüdrukud said VEPA-st kasu**.

- ✓ Kõige suurem mõju oli VEPA meetodikal õpilastele, kellel oli 1. kooliaasta alguses rohkem raskusi. Tulemused paranesid ka teiste õpilaste seas. Kontrollrühmas oli 2. aasta lõpuks märgata suuremate raskustega laste tulemuste paranemist, aga muutus oli väiksem kui sekkumisrühmas (vt joonis 3 ja 4).



Joonis 3. Õpetajate enesetõhususe skoor kolmel mõõtmise korral (keskmine, võimalik vahemik 1–9)



Joonis 4. Laste raskuste skoor kolmel mõõtmise korral kahes grupis vastavalt laste raskuste tasemele sügisel 2016, õpetajate hinnang (keskmine, võimalik vahemik 0–40)

VAHEHINDAMINE

Üldine hinnang: VEPA kasuks räägivad metoodika kasutamine tunni loomuliku osana, elementide rohkus, mänguline õppimine, mentori tugi, tõenduspõhisus ja tasuta osalemine. VEPA kasutuselevõtt on hästi käivitunud tänu mentorite ja TAI tugivõrgustikule ning nähtavatele tulemustele.

- ✓ Programmi vahehindamise teostas 2017. aastal Balti Uuringute Instituut. Hindamise ajaks oli kolme öa jooksul VEPA-ga liitunud 64 kooli ja 83 õpetajat.
- ✓ Vahehindamise eesmärk oli anda eksperthinnang sellele, kuidas on tegevus esimeste rakendamise aastate jooksul käivitunud ning kas ja millisel moel tuleks tegevust ja süsteeme muuta (pidades silmas asjakohasust, jätkusuutlikkust ja eesmärkide saavutamist). Kasutatud metoodikad olid dokumendianalüüs, ankeetküsitlused ja intervjuud osalistega.
- ✓ Hindamisraportis toodud soovitude alusel arendati järgnevatel aastatel programmi pakkumist edasi ja toimunud muudatusi on eelnevates peatükkides kirjeldatud. Järgnevalt on toodud peamised soovitud.

Koolide kaasamine

Koolides, kus metoodikat kasutavad mitmed õpetajad ning juhtkond ja tugipersonal on aktiivselt kaasatud, on VEPA rakendamine kvaliteetsem, motiveeritum ja jätkusuutlikum.

- ✓ Soodustada, et liitumine VEPA-ga oleks kooli kaalutletud ja strateegiline otsus, mis toetab pikaajalisust. Programmi tuleks koolist kaasata rohkem kui üks õpetaja.
- ✓ Ärgitada koolisest koostööd osaliste vahel – õpetajad, tugipersonal, juhtkond, mentor.
- ✓ Koolide jaoks võiks sisse seada nn järjepidevuse nõude, et üks õpetaja jätkaks rakendamist ka teisel aastal ning järjestikustel aastatel liituks koolis mitu uut õpetajat.
- ✓ VEPA-t on seni rakendanud üksikud vene õppekeelega koolid. Rohkem tuleb pöörata tähelepanu kommunikatsioonile, et selgitada VEPA sobivust eri kultuurikontekstis ja koolisüsteemis. Mõelda läbi koolide juhtkonna kaasamine.

Õpetajate koolitamine, toetamine ja mentorlus

- ✓ Vaja on tagada VEPA elementide ja mängu rakendamine metoodilisi põhimõtteid ja terviklikkust silmas pidades ning vältida metoodika kasutamise käigus sisulisi muudatusi.
- ✓ Õpetajate motivatsiooni säilitamiseks soodustada kogemuste vahetamist õpetajate vahel (kokkusaamised, kvisioonid, internetikeskkond jmt).
- ✓ Mentori toe lõppemisel on oht, et VEPA rakendamine väheneb või katkeb, mistõttu võiks pikendada mentori tuge õpetajale ühelt aastalt 1,5 õppeaastale.
- ✓ Mida pikemat aega on õpetaja VEPA-t kasutanud, seda suurem on tõenäosus, et tema ind metoodika rakendamisel raugneb. Seepärast on vaja jätkata kokkusaamiste korraldamist õpetajatele, kes on pikemat aega VEPA-t rakendanud ning jagada neile soovitusi, kuidas jätkata. Kaaluda mitme aasta tagant täienduskoolitusi.
- ✓ Mentorite motivatsiooni hoidmiseks tuleb rõhku panna mentorite kvisioonile, kokkusaamisele ja suhtlusele. Vaja on parandada mentorite oskusi juhendada õpetajaid, kes kasutavad VEPA-t hariduslike erivajadustega lastega.

Kommunikatsioon ja lapsevanemate kaasamine

- ✓ Tutvustada VEPA-t kui pikaajalise mõjuga ennetusmeetodit, mille edu tagavad süsteemsus ja järjepidevus, et VEPA-t ei nähtaks ainult kui lühiajalist distsiplineerivat meetodit.

- ✓ Piirkondlikele tutvustusüritustele kaasata VEPA-t rakendavaid õpetajaid ning soodustada koostööd koolide vahel. Teha videoid, mis tutvustavad VEPA kasutamist klassiruumis.
- ✓ Pöörata suuremat tähelepanu suurte käitumisraskustega lastele, erineva kultuuritaustaga lastele ja väga väikestele klassidele.
- ✓ Lapsevanemate suuremaks kaasamiseks võiks tutvustada häid näiteid lapsevanemate ja kooli koostööst ning korraldada üritusi, et ka vanemad oleksid kursis VEPA eesmärkidega ja saaksid vajaduse korral VEPA elemente kodus kasutada. Lapsevanemate üldist teadlikkust koolikeskkonnas toimuvast saab suurendada ka meedia kaudu (nt artikleid avaldades).
- ✓ VEPA-t ja teisi ennetusprogramme võiks tutvustada juba õpetajakoolituse ajal ülikoolis.

10 Arvamused VEPA kohta

ÕPETAJATE kooliaasta lõpu tagasisideankeedis on mitu aastat küsitud, mis on õpetajate jaoks VEPA meetoodika kasutamise eesmärk ja mõte (arvestades nende praeguseid kogemusi). Vastustest tulevad enam esile märksõnad:

- ✓ positiivse märkamise, tunnustamine ja arendamine,
- ✓ teistega arvestamine ja koostöö tegemine,
- ✓ enesejuhtimise ja sotsiaalsete oskuste õppimine,
- ✓ tunni andmise ning õppimise hõlbustamine ja korra tagamine,
- ✓ õpimotivatsiooni suurendamine,
- ✓ hea keskkonna ja heade suhete loomine.

Toodud on näiteid õpetajate arvamustest viimaste aastate tagasiside põhjal.



„Minu jaoks on VEPA meetoodika eesmärk tagada sujuv, kokkuhoidev, turvaline, toetav, heatahtlik, lõbus, motiveeriv klassiõhkkond ja käitumine õpilastes ning õpetajates.“

„Õpetamine-õppimine positiivse tagasiside ja heatahtlikkuse toel. Kui laps elab kiitusega, õpib ta lugupidamist. Kui laps elab lahkusega, õpib ta õiglust. Kui laps elab tunnustuse ja toetusega, õpib ta leidma maailmas armastust.“

„Eneseregulatsiooni ja prosotsiaalse käitumise toetamine turvalises keskkonnas. HEV-lastele toetamine. Õpilased tunnevad rohkem õpimotivatsiooni, oskavad eesmärke püstitada, hoolivad teineteisest ja iseendast, oskavad oma emotsioone turvaliselt väljendada.“

„Märgata ja tunnustada käitumist, mis on positiivne, eeskujuks teistele, edasiviiv nii õpilaste kui õpetaja jaoks, lapse jaoks positiivset minapilti kujundav.“

„Aidata lastel keskenduda, tähelepanu haarata, ennast juhtida. Häälendada lapsi rahulikuks tööks. VEPA meetodid aitavad õppida aega planeerima, õppimist eesmärgistama. VEPA-ga saab õppetööd huvitavaks muuta.“

„Parem õpetaja parematele lastele. Vähem stressi tunnirahu ja suhete loomisel ning hoidmisel.“

„VEPA inimene suhtub kõigisse ja kõigesse positiivselt ning suunab märkama head. Positiivsus kasvatab positiivsust.“

„Laps õpib ennast paremini reguleerima. Märkab head kaaslaste käitumises. Teadvustab seda, et ta tahab saada paremaks. Klassis on töörahu ja klass toimib parema kogukonnana.“

„Kujundada oma õpilastest iseseisvad, otsustuskindlaid, ettevõtlikke, avatud noori.“

LAPSEVANEMATELT on VEPA kohta tagasisidet kogutud ühel korral – 2018. a kevadel. VEPA klassis õppivate laste vanematele e-kooli kaudu saadetud elektroonsele ankeedile vastas 216 lapsevanemat.

- ✓ Enamik vanematest märkis, et nende laps on kodus VEPA-st vähemalt mõningal määral rääkinud. Eelkõige sellest, milliseid VEPA elemente koolis kasutatakse (käemärgid, kiidud, VEPA mäng jm).
- ✓ Valdav osa vastanutest pidas VEPA meetoodikat pigem või väga vajalikuks. Ligi kolmandik vanematest oli ka ise lapsega kodus mõnda elementi proovinud, kõige rohkem kiitude kirjutamist ja taimeriga aja määramist.

- ✓ Vanemad leidsid, et VEPA on lastele õpetanud tähelepanelikkust ja teistega arvestamist, kokkulepete järgimist ja paremat käitumist, keskendumist ja enesekontrolli, sõbralikkust ja hoolivust, tunnustamist ja positiivse märkamist.
- ✓ Järgnevalt on toodud näiteid lapsevanemate kommentaaridest selle kohta, mida on VEPA nende lapsele õpetanud ja milles seisneb nende jaoks metoodika väärtus.



„Tänu VEPA-le ja õpetaja järjepidevusele on mu laps koolis õnnelik. Ta oskab teistega paremini käituda ja on oma arvamuse avaldamisel julge ja aval. Pingutab saavutuste pärast.“

„On õpetanud mõtlemist ja väljendusoskust ning klassikaaslaste üksteisemõistmist.“

„Klassis, kus minu laps õpib, on palju lapsi, kes vajavad edukaks õppetööks kindlaid reegleid. Nad teavad mis tuleb, kuidas mingeid situatsioone lahendatakse ning mida nendelt oodatakse. VEPA reeglid aitavad pingeid maandada.“

„Kindlasti on aidanud kaasa klassi ühtesulamisele ja sõbraliku, usaldusväärse atmosfääri tekkimisele nii klassis kui koolis.“

„Kiitmist ja rõõmu kiitusest. On õpetanud märkama ka olukordi, kus sõber on kiituse ära teeninud. Motiveeritus anda head tagasisidet, mitte kaebama.“

„Laps paneb tähele, on kohal ja keskendunud. Märkab, kuidas mõjutab mingi käitumine üldise olukorra kvaliteeti. On tähelepanelikum oma kaaslaste vastu ja õpib stressivabalt oma käitumist jälgima ja reageerima.“

„Metoodika kaudu väljendatud suhtumine on hoidnud alles lapse soovi koolis käia. Lapse enesekindlus on kasvanud.“

„Vaikuse õppimist ja teiste kuulamist.“

„VEPA õpetab lastele viisakust ja austust kõige ümbritseva vastu. Lisaks muudab see õppimise lõbusamaks ja kergemaks.“

„Minu laps ütles, et arusaamist sõprusest, head tegemisest ja märkamisest.“

ÕPILASTELE on viimastel aastatel korraldatud mitmeid loovkonkursse, mis annab lastele võimaluse mõelda ja väljendada, mis VEPA nende jaoks on:

- ✓ 2018. aasta kirjatööde konkurss „Olen VEPA!“
- ✓ VEPA jõulukaartide konkurss 2018, 2019 ja 2020.

11 Väljakutsed ja arengusuunad järgnevatel aastatel

Jätkusuutlik rahastamine

- ✓ VEPA programmi rahastamine on toimunud valdavalt tähtjaliste projektide raames. Testprojekti finantseeris Siseministeerium ning augustist 2015 kuni septembrini 2020 viidi VEPA programmi ellu Euroopa Sotsiaalfondi rahastamisega. Õppeaastal 2020/2021 jätkas VEPA programm TAI riigieelarveliste vahendite toel.
- ✓ Väga oluline on töötada välja metoodika rakendamise ja arendamise pikaajaline jätkusuutlik rahastamise süsteem, mis praegu puudub.

Erinevate osaliste kaasamine

- ✓ Koolide huvi VEPA programmiga liituda on olnud suurem kui programmi võimalused ning viimastel aastatel on otsitud viise huviliste aktiivsemaks kaasamiseks. Nendeks on olnud kohalikud omavalitsused ja koolid ise.
- ✓ Õppeaastal 2019/2020 rahastasid kolm Harjumaa kohalikku omavalitsust (KOV) esmakordselt omavalitsuse õpetajate koolitusgruppe ja mentorlust 11 koolis. Õppeaastal 2020/2021 oli Harjumaa omavalitsuste toetatud koole juba 26.
- ✓ Peale selle on arendatud koolimentorite süsteemi, mis tähendab, et uusi alustavaid õpetajaid toetav mentor on kooli töötaja (eelkõige sama kooli kogenud VEPA õpetaja) ning mentorluse kulu saab katta kool. Koolimentorlust kasutas 2018/2019. õa-l 10 kooli, 2019/2020. õa-l 44 kooli ja 2020/2021. õa-l 38 kooli. Mõni kool on ise rahastanud ka piirkonnamentori teenust oma kooli õpetajatele.

Süsteemide jätkusuutlikkus

Olemasolevad süsteemid, mille hoidmisele ja arendamisele on vaja pidevalt mõelda:

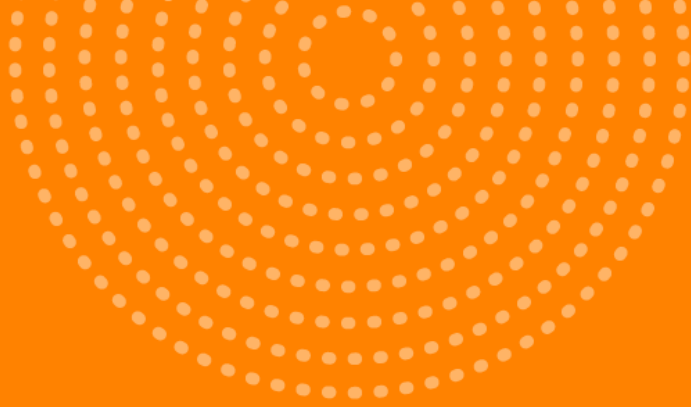
- ✓ koolide pikaajaline ja jätkusuutlik kaasamine,
- ✓ õpetajate väljaõpe ning metoodika kvaliteetse ja pikaajalise rakendamise toetamine,
- ✓ mentorite toetamine, arendamine ja kvaliteedi hoidmine,
- ✓ andmete kogumine, hindamine ja uuringute korraldamine,
- ✓ koordineerimine ja ülesannete jaotus järjest kasvavat tegevuse mahtu arvestades,
- ✓ teavitustegevus ja kommunikatsioon.

Uuemad arendused

Viimastel aastatel lisandunud teemad, mille arendamisega tegeletakse edasi:

- ✓ KOV-ide laialdasem kaasamine ning koolimentorite süsteemi edasiarendamine,
- ✓ õpetajate koolitamine ja toetamine e-kanalite vahendusel ning VEPA metoodika kasutamine distantsõppel,
- ✓ HEV lastega töötavate õpetajate toetamine, arvestades nende vajadusi,
- ✓ lapsevanemate kaasamine VEPA põhimõtete rakendamisse.

Olulisi arengusuundi on lisandumas veelgi. 2021. aastal on koostöös Civitta Eestiga koostamisel VEPA metoodika strateegia aastateks 2022–2026, mis seab järgmise viie aasta prioriteedid, eesmärgid ja tegevussuunad.



Kontakt

Tervise Arengu Instituut

info ja andmepäringud tai@tai.ee
tai.ee

Tervisestatistika Eestis

Tervisestatistika ja terviseuuringute andmebaas statistika.tai.ee
Statistikaameti andmebaas stat.ee

Rahvusvahelised tervisestatistika andmebaasid

Euroopa Liidu statistika Eurostat andmebaasis ec.europa.eu/eurostat

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) andmebaas who.int/data

Majandusliku Koostöö ja Arengu Organisatsiooni (OECD) andmebaas stats.oecd.org