

# VEPA Käitumisoskuste Mängu tulemused

Õppeaasta 2017/2018

Tervise Arengu Instituut

**VEPA Käitumisoskuste  
Mängu tulemused  
Õppeaasta 2017/2018**

Aire Trummal

Tallinn 2018

Tervise Arengu Instituudi missioon on luua ja jagada teadmisi, et tõenduspõhiselt mõjutada tervist toetavaid hoiakuid, käitumist, poliitikat ja keskkonda eesmärgiga suurendada inimeste heaolu Eestis.

Väljaande andmete kasutamisel viidata allikale.

Soovitav viide käesolevale väljaandele: Trummal, A. VEPA Käitumisoskuste Mängu tulemused. Õppeaasta 2017/2018. Tallinn: Tervise Arengu Instituut; 2018.

# Sisukord

Kokkuvõte.....	4
Summary.....	5
1. Käitumisoskuste mängu tutvustus.....	7
2. VEPA rakendamine Eestis.....	8
3. VEPA meetodika rakendamise tulemused.....	9
3.1 Õpetajate tagasiside VEPA aastale.....	9
3.1.1 VEPA soovitamine ja rahulolu pakutud toega .....	9
3.1.2 VEPA meetodite rakendamine.....	10
3.1.3 Kooli kursisolek VEPA-ga .....	13
3.1.4 Tajatud muutused .....	15
3.2 Õpilaste tugevused ja raskused .....	17
3.3 Õpetaja enesetõhusus.....	23

## Kokkuvõte

VEPA Käitumisoskuste Mäng on koolis rakendatav sekkumisprogramm, mis loob klassis õppimist soodustava keskkonna, arendab laste võimet enda reaktsioone ja käitumist kontrollida, edendab positiivset sotsiaalset käitumist ja koostööd ning ennetab seeläbi õpilaste käitumisprobleemide teket või süvenemist.

PAXIS Instituudi poolt arendatavat käitumisoskuste mängu on Eestis rakendatud nelja õppeaasta jooksul ning sellest on osa saanud 85 kooli ja üle 3 600 valdavalt algkooli õpilase. Õppeaastal 2017/2018 osales 46 kooli ja metoodikat asus rakendama 100 uut klassi ja õpetajat 1 831 õpilase osavõtul.

Sekkumise tulemuste mõõtmiseks täitis õpetaja kooliaasta alguses (enne VEPA rakendamist) ja lõpus õpetaja enesetõhususe küsimustiku ning iga enda klassi õpilase kohta tugevuste ja raskuste küsimustiku. Kooliaasta lõpus paluti õpetajatelt ka elektroonset tagasisidet VEPA aastale.

Maikus toimunud tagasisideküsitluse kohaselt soovitaks programmis osalenud õpetajad VEPA meetodite kasutuselevõtmist kindlasti ka teistele õpetajatele ning valdav enamus arvab, et jätkavad ise ka järgmisel õppeaastal. VEPA elementidest kasutavad õpetajad kõige aktiivsemalt nimepulkasid, suupilli, taimerit ja hääle tugevuse käemärke. VEPA mängu kasutamisel on eesmärgiks mängida VEPA mängu koos õpilastega iga päev ja mitu korda päevas. Oluline osa õpetajatest ei olnud selle eesmärgini siiski jõudnud ning veidi alla poole märgib, et kasutab VEPA mängu igapäevaselt. Lisaks tavapärasele VEPA mängule on enamus praktiseerinud ka salamängu ning VEPA mängu väljapool klassi või kooli (nt vahetunnis või lastega teatrisse minnes).

Üle poole õpetajatest leiavad, et peale VEPA kasutuselevõtmist on nende koormus klassiga töötamisel vähenenud. Vähem on vaja tegeleda õpilaste korralekutsumisega, on tekkinud rohkem aega õppetööks ja saavutatud parem kontakt õpilastega. Õpetajate hinnangul oskavad õpilased nüüd ise märgata üksteise käitumist, paranenud on nende enesekontroll, nad pingutavad tunnis rohkem ja teevad ka rohkem koostööd. Need on tagasisideankeedis kõige enam esile toodud muutused.

Tugevuste ja raskuste küsimustiku abil andis õpetaja hinnangu viiele alavaldkonnale: laste käitumise, hüperaktiivsuse, emotsioonide ja eakaaslastega suhtlemise raskused ning prosotsiaalsus. Iga alavaldkonna peale arvutati välja skoor ning neli esimest valdkonda liideti kokku ka raskuste koondskooriks. Skoori tase oli kooliaasta lõpuks vähenenud mitmel puhul: aktiivsusetähelepanuga seotud raskused, emotsioonidega seotud raskused ning raskuste koondskoor. Lisaks oli kasvanud laste prosotsiaalsus ehk hoolivus ja abivalmidus teiste suhtes. Muutused olid toimunud nii poiste kui tüdrukute seas. Kooliaasta alguses oli viiendikul kuni neljandikul õpilastest mõne mõõdetud skoori taseme järgi vähem või rohkem raskusi. Kooliaasta lõpus kuulus nendest õpilastest kolmandik kuni pooled tavapärase käitumisega gruppi ja olulisi raskusi enam ei esinenud. Suuremad muutused olid seotud emotsionaalsete raskuste ja prosotsiaalsusega.

Õpetaja enesetõhususe küsimustiku kohaselt tunnevad õpetajad õppeaasta lõpus, et nad suudavad sügisega võrreldes paremini oma klassi juhtida (erinevate õpilaste rühmadega arvestamine, probleemsemate õpilaste ja tundi segava käitumise ohjamine jmt), õppetöö tegevusi juhendada (väljakutsete pakkumine, heade küsimuste sõnastamine, erinevate strateegiate rakendamine jmt) ning õpilasi kaasata (motiveerimine, kriitiliselt mõtlema suunamine, raskemate õpilasteni jõudmine jmt). Kokkuvõttes on tulemustest näha, et VEPA meetodikate kasutuselevõtmine on hõlbustanud õppetöö läbiviimist õpetajate jaoks ning selles osalemist õpilaste jaoks.

## Summary

The VEPA Good Behavior Game<sup>1</sup> is an intervention programme that is implemented in schools. VEPA creates a classroom environment that is conducive to learning, helps children learn how to better control their reactions and behavior, promotes positive social behavior and cooperation, **thereby preventing or alleviating students' behavioral problems.**

The Good Behavior Game, developed by the PAXIS Institute, has been implemented in Estonia for 4 school years. The programme has been taken to 85 schools, where it has been introduced to more than 3,600 students (predominantly primary school children). During the school year of 2017/2018, there were 46 participating schools and 100 new classes and teachers implemented the programme with a total of 1,831 students participating. The programme is coordinated by the National Institute for Health Development and financed, during 2015–2021, by the European Social Fund and the Ministry of the Interior.

In order to measure the results of the intervention, every teacher filled in a **Teachers' Sense of Efficacy Scale** and a **Strengths and Difficulties Questionnaire** for each student in their class at the start of the school year (prior to implementing VEPA) and at the end of the school year. At the end of the school year, teachers were also asked to provide electronic feedback to the VEPA year.

According to the feedback survey conducted in May, teachers who participated in the programme would definitely recommend implementing VEPA to other teachers as well and most teachers were of the opinion that they would continue using VEPA in the following year as well. In terms of VEPA elements, teachers use name sticks, harmonica, timer and cues for expected voice levels the most. The objective during the use of the VEPA Game is to play the game with students daily and multiple times a day. However, a significant part of teachers did not reach that goal and a little under half of the teachers noted that they use the VEPA Game every day. In addition to the regular VEPA Game, most teachers had used the Secret Game and the VEPA Game outside of the classroom or school as well (e.g. during recess or when going to the theatre with the students).

More than half of the teachers found that their workload concerning working with the class had decreased after implementing the VEPA methodology. There is less need to call students to order, which provides more time for studying, and teachers have achieved better contact with the students. According to teachers, students are now more skilled at noticing one another's behavior, their self-control has improved, they make more of an effort in class and cooperate more as well. Those were the changes most frequently highlighted in the feedback form.

In the Strengths and Difficulties Questionnaire, teachers assessed five sub-areas: **children's conduct problems, hyperactivity, difficulties with emotions and communicating with peers, and prosocial behavior.** A score was calculated for each area and the first four areas were aggregated into a total score of difficulties. At the end of the school year, the level of scores had decreased in several cases: difficulties related to inattention-hyperactivity, emotions, and the total score of difficulties. In addition, the prosociality of children, i.e. caring and helpfulness towards others had increased. Changes took place among both boys and girls. At the beginning of the school year, one fifth to one fourth of the students had some or quite a lot of difficulty according to some of the measured scores. At the end of the school year, one third to half of those students were in the regular behavior group, and significant difficulties were no longer noted. Major changes were associated with emotional difficulties and prosocial behaviour.

---

<sup>1</sup> VEPA is an abbreviation of the Estonian term "veel parem" (even better) that is used for the PAX Good Behavior Game. <https://www.goodbehaviorgame.org/>, <https://paxis.org/>

**According to the Teachers' Sense of Efficacy Scale, at the end of the school year, teachers feel that** they are more able to manage the class when compared to the situation in the fall (taking into account different groups of students, managing problematic students and behavior that is distracting during class, etc.), to give instructions concerning study activities (proposing challenges, formulating good questions, applying different strategies, etc.) and to get students engaged (providing motivation, directing them to critical thinking, reaching problematic students, etc.). In conclusion, the results show that the introduction of the VEPA methodology has facilitated the process of conducting studies for teachers and participation in it for the students.

# 1. Käitumisoskuste mängu tutvustus

*Good Behavior Game* ehk Käitumisoskuste Mäng (KOM) on koolikeskkonnas rakendatav sekkumisprogramm, mis ennetab õpilaste käitumisprobleemide teket või süvenemist. Mäng loob õppimist soodustava keskkonna arendades laste võimet enda käitumist ja reaktsioone kontrollida ning vähendades tegelemist õppimist segavate tegevustega. KOM edendab ka positiivset sotsiaalset käitumist läbi soovitud käitumise defineerimise, tunnustamise ja omavahelise koostöö.

Antud sekkumistegevust on arendatud ja uuritud alates 1960ndatest aastatest. Eestis rakendatakse käitumisoskuste mängu, mille arendajaks ja levitajaks on PAXIS Instituut USA-s eesotsas Dennis D. Embry'ga.<sup>2</sup> KOM-i lühema- ja pikaaegsete mõjude kohta on läbi viidud hulgalistelt teadusuuringuid (k.a. longituduuringuid koolis mängu mänginud õpilaste edasise elutee kohta). KOM on kantud USA tõenduspõhiste programmide registrisse<sup>3</sup> ja seda on tõenduspõhise ennetusmeetodina esile toodud organisatsioonide poolt *Center for the Study and Prevention of Violence* ning *Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction*. Pikaaegsed teadusuuringud on näidanud, et KOM-i rakendamine koolikeskkonnas:

- ✓ vähendab õpilaste käitumisprobleeme (k.a. keskendumis- ja tähelepanuhäired);
- ✓ vähendab vägivaldset ja agressiivset käitumist ning koolikiusamise esinemist;
- ✓ vähendab spetsiaalsete teenuste kasutamist ning vajadust suunata õpilasi käitumis- või õpiraskustega lastele mõeldud klassi;
- ✓ vähendab tõenäosust depressiooni tekkeks ning ennetab suitsiidset käitumist;
- ✓ ennetab sõltuvusainete tarvitamist;
- ✓ vähendab alaealiste õigusrikkumisi, kuritegelikku käitumist ning antisotsiaalse isiksushäire tekkimise tõenäosust;
- ✓ suurendab õpiedukust ning akadeemilisi saavutusi (k.a. keskkooli lõpetamise ja ülikooli astumise tõenäosust).

KOM sobib rakendamiseks erinevates kooliastmetes ning aitab õpetajal tulla klassi kui tervikuga toime ilma, et peaks igale korrarikkumisele individuaalselt reageerima. Selleks koolitatakse õpetajat kasutama tunni ajal või selle väliselt erinevaid tööriistu (nagu suupill, taimer, nimepulgad, lauakaardid, käemärgid jm), mängima lastega koos käitumise jälgimisele suunatud meeskonnamängu ning jagama üksteisele tunnustust hea käitumise eest. Mängu raames on kasutusel mitmed eriväljendid nagu „VEPA“, „spleem“, „kiidud“, „memme vigurid“. Lühend VEPA tähistab eesti keeles sõnu „veel parem“ ning see märgib käitumist, mida soovitakse klassis rohkem näha ja teha. Õpilastega räägitaksegi VEPA mängust, mitte käitumisoskuste mängust. Väljamõeldud sõna „spleem“ tähistab käitumist, mida soovitakse klassis vähem näha ja teha ning mille esinemise vähendamiseks õpetaja ja õpilased koostööd teevad.

VEPA meetodika kasutamine on osa tavapäraest tunnis toimuvast õppetegevusest. See on kogum meetodeid ja tööriistu õpetajale plaanipärase õppetegevuse efektiivsemaks läbiviimiseks. Käitumise jälgimisele suunatud mängu mängitakse meeskondadesse jaotatult samal ajal õppetöö ülesande sooritamiseks. Mängu lõppedes on hea käitumise eest auhinnaks „memme vigur“ ehk lühikest aega kestav lõogastav ja rõõmus vahetegevus. Mängu mängides luuakse keskendunud ja õppimisele suunatud õhkkond klassis.

---

<sup>2</sup> <https://www.goodbehaviorgame.org/>, <https://paxis.org/>

<sup>3</sup> *Substance Abuse and Mental Health Services Administration's National Registry of Evidence-based Programs and Practices*



## 2. VEPA rakendamine Eestis

Tervise Arengu Instituut (TAI) alustas koostöös Sihtasutusega Kiusamise Vastu VEPA meetodi pilootprojektiga Eestis õppeaastal 2014/2015. Esmalt koolitati PAXIS Instituudi poolt välja TAI töötajad ja 10 mentorit. Pilootprojektis osales 20 kooli kaheksast omavalitsusest ning igast koolist üks 1. klass. Mentorid olid rakendavatele õpetajatele kooliaasta jooksul toeks ja nõuandjaks. Esimesel aastal toimus ka materjalide, eesti keele sõnavara, õpetajate koolituse, mentorite töö ja muu testimine ning kohandamine.

Pilootprojekti eesmärgiks oli tuvastada, kas KOM Eesti kontekstis töötab ning kas seda rakendades on võimalik saavutada oodatud tulemusi, milleks on õppimist segavate ja agressiivsete või üliaktiivsete käitumiste vähendamine ning õppimisele keskendumine ja koostööle suunatud käitumiste suurendamine. Projekti lõpuks oli kogutud andmetest näha, et õpetajad andsid VEPA metoodikale hea hinnangu. Teostatud tunnivaatluste alusel vähenes klassides oluliselt õppetööd segavate käitumiste hulk. Õpetajate poolt täidetud küsimustike alusel suurenes õpilaste prosotsiaalsus ning vähenes üliaktiivsus ja keskendumisega seotud raskused.

Aastatel 2015–2021 viib TAI Euroopa Sotsiaalfondi rahastamisel ellu programmi teist etappi – projekti „Riskikäitumise ennetamine, riskis olevate perede toetamine ning turvalise elukeskkonna arendamine“ (kood 2014-2020.2.07.004.01.15-0003) raames toetatav tegevus 2.1 „Käitumisoskuste Mängu arendamine ja laiendamine õpilaste koolis toimetuleku parandamiseks ja riskikäitumise ennetamiseks“. Sellel perioodil on planeeritud jõuda 200 klassi ja 4000 õpilasi.

Kolmel esimesel rakendamise aastal osales programmis igast koolist üks klass. Alates neljandast aastast on olnud võimalus saata ühest koolist väljaõppele mitu uut õpetajat ning liitunud klasse oli kaks korda rohkem kui osalevaid koole (vt joonis 1). Paljud koolid rakendavad VEPA-t mitmendat õppeaastat järjest. Viimasel aastal osalenud koolidest 20 olid uued liitunud koolid ning 26 rakendasid metoodikat mitmendat aastat (ja saatsid koolitusele uusi õpetajaid). Nelja õppeaasta jooksul on VEPA metoodikat rakendanud kokku 85 kooli, 183 klassi ning üle 3 600 õpilase üle Eesti.

Pilootaasta (õa 2014/2015)	2. aasta (õa 2015/2016)	3. aasta (õa 2016/2017)	4. aasta (õa 2017/2018)
<ul style="list-style-type: none"><li>• 20 kooli ja klassi</li><li>• 538 õpilast</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 21 kooli ja klassi</li><li>• 442 õpilast</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 42 kooli ja klassi</li><li>• 826 õpilast</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 46 kooli</li><li>• 100 klassi</li><li>• 1 831 õpilast</li></ul>

Joonis 1: Nelja õppeaasta jooksul VEPA programmis osalenud koolide, klasside ja õpilaste arv

Pilootperioodil alustati 1. klassidest ning teisel aastal lisandus ka 2. klasse. Õppeaastal 2017/2018 oli rakendajate hulgas 43 esimest klassi, 20 teist klassi ning 37 kolmandat või vanemat klassi.

Kõik uued liitunud õpetajad läbisid 2017. aasta sügisel kaks ühepäevast koolitust. Esimesel koolituspäeval tutvustati VEPA metoodika eesmärgid ja põhielemente ning teisel päeval VEPA mängu rakendamist. Kahe koolituspäeva vahele jäi mõnenädalane periood esmalt õpetatud elementide praktiseerimiseks oma klassis. Veebruari lõpus viidi läbi ka kolmas koolituspäev, et vahetada kogemusi ning lisada VEPA meetodite pagasisse veel uusi elemente.

Igale õpetajale määrati sügisel mentor, kes oli kooliaasta jooksul õpetajale nõuandjaks ja toetajaks mängu rakendamisel ning lisaelementide kasutuselevõtmisel. Mentor teostas koolikülastusi koos klassi vaatlusega ning oli õpetajaga kontaktis telefoni või e-posti teel. Peale pilootperioodi on mentoreid veel kahel korral juurde koolitatud ning praegu on neid 34.

## 3. VEPA metoodika rakendamise tulemused

Igal aastal on VEPA-t rakendavates klassides teostatud andmekogumist (eelkõige kooliaasta alguses ja lõpus), et anda hinnang protsessidele ja tuvastada toimuvaid muutusi. 2017. aastal viis Balti Uuringute Instituut läbi ka VEPA rakendamise vahehindamise, et anda hinnang üle-eestiliselt laieneva süsteemi toimimisele ning teha ettepanekuid selle tõhususe ja jätkusuutlikkuse tagamiseks.<sup>4</sup>

Õppeaastal 2016/2017 alustati lisaks kaheaastast teadusuuringut, kuhu on kaasatud sekkumis- ja kontrollgrupp, et võrrelda nii VEPA-t rakendavates kui ka mitte rakendavates klassides toimuvaid muutusi kahe õppeaasta jooksul. Uuringut viib läbi TAI ekspert Karin Streimann ja tulemused avaldatakse 2019. aastal.

Õppeaastal 2017/2018 kasutati uutes liitunud klassides järgnevaid andmete kogumise meetodeid (mida on kasutatud ka eelnevatel aastatel). Õpetaja täitis:

- ✓ tugevuste ja raskuste küsimustiku iga enda klassi õpilase kohta kooliaasta alguses ning lõpus,
- ✓ õpetaja enesetõhususe küsimustiku kooliaasta alguses ning lõpus,
- ✓ elektroonse tagasisideankeedi kooliaasta lõpus.

Andmete analüüsil on kasutatud statistilise andmetötluse programmi Stata/IC 13.1. Võrreldud on tulemusi kooliaasta alguses (enne VEPA kasutuselevõttu) ning lõpus. Osakaalude erinevuste hindamiseks on kasutatud hii-ruut testi ja Fisheri täpset testi. Keskmiste võrdlemisel on kasutatud Wilcoxon'i testi ja t-testi. Erinevused loeti statistiliselt oluliseks, kui  $p \leq 0,05$ . Tugevuste ja raskuste küsimustiku puhul on enne analüüsi osade väidete vastuste väärtused ümber pööratud (kuna osade väidete sõnastus on negatiivne ja osade sõnastus positiivne).

### 3.1 Õpetajate tagasiside VEPA aastale

Maikuu keskel saadeti kõikidele õpetajatele e-posti teel elektroonse ankeedi link, et kaardistada VEPA mängu rakendamise seis kooliaasta lõpus ning tuvastada õpetajate üldist rahulolu programmi tegevusega. Ankeedile vastas 64 õpetajat, mis on kaks kolmandikku kõigist, kellele ankeet saadeti.

#### 3.1.1 VEPA soovitamine ja rahulolu pakutud toega

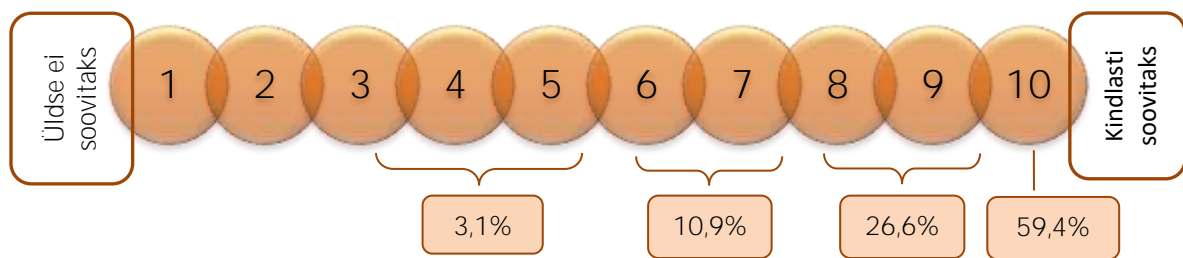
Esmalt uuriti õpetajatelt, kas nad soovitaksid VEPA metoodika kasutuselevõtmist ka teistele õpetajatele. Vastamine toimus 10-pallisel skaalal. Keskmine hinnang oli 9,0 ning üle poole vastajatest märkis maksimaalse positiivse hinnangu (vt joonis 2).

Igat õpetajat toetas kooliaasta jooksul mentor, kes andis jooksvat tagasisidet klassi progressi kohta ning nõustas erinevate VEPA elementide kasutamise osas. Selleks tegi mentor mitmeid koolikülastusi koos tunnivaatlusega ning oli õpetajaga kontaktis ka telefoni ja e-posti teel. Õpetajatelt uuriti, kui rahul nad on mentori toega. Paluti hinnata mentori töö erinevaid aspekte 6-pallisel skaalal: teemade sisuline valdamine, VEPA eesmärgi ja mõju selgitamine, abi probleemide lahendamisel, motiveerimine VEPA-ga jätkamisel, tagasiside andmine, kättesaadavus ja usaldusväärsus õpetaja jaoks. Mentoripoolne töö sai väga hea hinnangu. Üle 90% õpetajatest

<sup>4</sup> [http://www.terviseinfo.ee/images/VEPA\\_vahehindamise\\_raport\\_12.2017.pdf](http://www.terviseinfo.ee/images/VEPA_vahehindamise_raport_12.2017.pdf)

märgib erinevate mentori toe aspektide kohta hinnangu 5 või 6 palli. Keskmised hinnangud on vahemikus 5,7–5,9.

Tervise Arengu Instituudi poolt edastatakse õpetajatele jooksvalt informatsiooni (koolituspäevade, VEPA ürituste jmt kohta) ning regulaarselt saadetakse VEPA uudiskirja. Võimalus on kursis olla ja kaasa lüüa ka Facebooki kaudu (VEPA lehekülg ja nn õpetajate kohvik). TAI poolse info edastuse õigeaegsuse, piisavuse ja arusaadavusega on õpetajad rahul – keskmised hinnangud 6-pallisel skaalal on vahemikus 5,4–5,5 (89-92% märgib vastuse 5-6 palli). Infokanalitest peetakse kõige vajalikumaks VEPA uudiskirja (52% annab vajalikkusele hinnangu 5-6 palli), Facebooki kanaleid peetakse mõnevõrra vähem vajalikuks.



Joonis 2: VEPA meetodika soovitamise teiste õpetajatele (%) vastused 10-pallisel skaalal

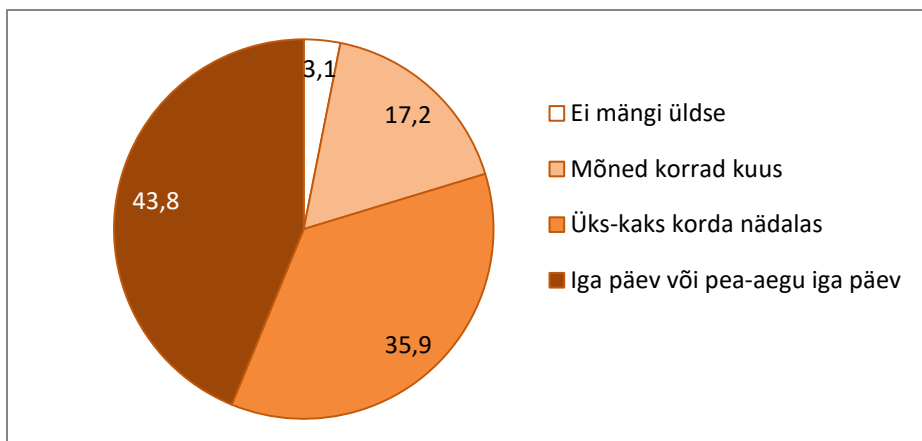
### 3.1.2 VEPA meetodite rakendamine

VEPA meetodika rakendamisel võetakse kasutusele mitmeid erinevaid elemente, mis aitavad saavutada õpikeskkonna kujundamise ja laste arengu toetamisega seotud eesmärgid. Õpetajatelt uuriti nende meetodite kasutamise aktiivsuse kohta.

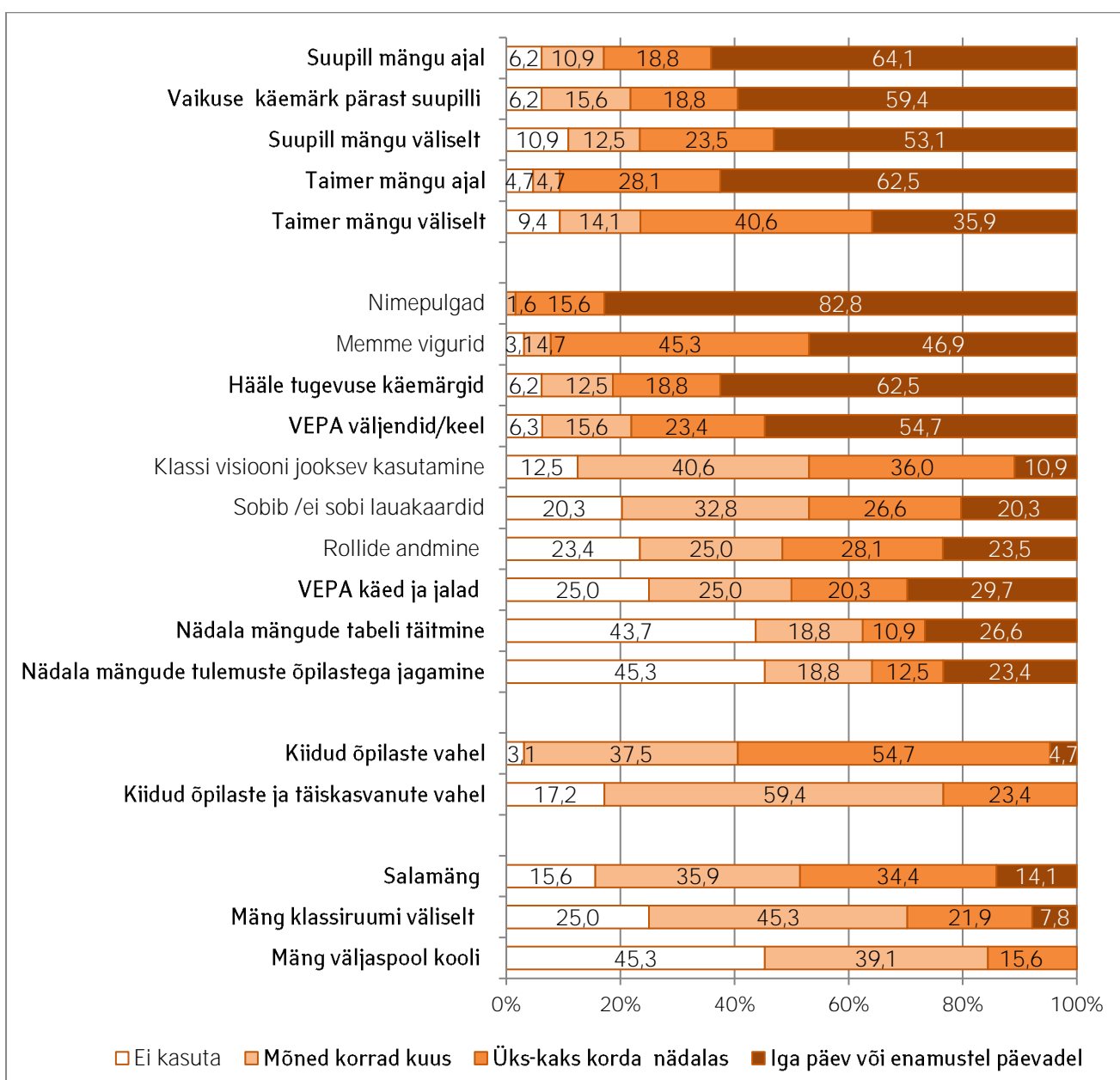
Joonisel 4 on näha, et igapäevaselt leiavad kõige rohkem kasutamist nimepulgad (vastaja, rühmadesse jaotumise vmt loosimiseks), suupill nii mängu ajal kui selle väliselt (laste tähelepanu koondamiseks), taimer (ajapiiri määramiseks), hääle tugevuse käemärgid (sobivale häälele viitamiseks) ja VEPA väljendid (nagu spleem, kiidu, VEPA käitumine jm). Kiidusid, mis on suunatud üksteise tunnustamisele, kirjutatakse eelkõige 1-2 korda nädalas.

VEPA meeskonnamängu kasutamisel on eesmärgiks, et seda tehakse iga päev ning 2-3 korda päevas. Nii tiheda kasutamiseni paljud õpetajad siiski ei ole jõudnud ja 44% märgib, et nad teevad oma klassiga VEPA mängu igapäevaselt (vt joonis 3). Seejuures 19% mängib päevas tavaliselt ühe mängu, 44% kaks mängu ning 33% kolm või enam mängu. Mida kauem on VEPA mängu mängimisega tegeletud ja mida paremini lapsed suudavad keskenduda, seda pikemaid mängu saab teostada. Kooliaasta lõpus, kus meetodit oli rakendatud üle poole aasta, tegid õpetajad oma klassis eelkõige mängu, mis kestis 6–10 minutit (39%) või kauem (33%). 3% (n=2) õpetajatest ütleb, et nad mängu ennast ei kasuta ning piirduvad erinevate elementidega.

Enamus õpetajaid on lisaks tavalisele mängule klassis kasutanud VEPA mängu ka väljapool klassiruumi (75%, nt vahetunnis) või väljapool kooli (55%, nt muuseumisse minnes või ekskursioonil). Salamängu on kasutanud 84% (VEPA mängu käivitamine nii, et õpilased sellest ei tea). VEPA mängu ja nende tulemusi on võimalik jooksvalt ülesse märkida nädala mängude tabelisse. Tabeli põhjal saab arvutada VEPA punkte ning seada eesmärgid edasistele mängudele. Antud element leiab õpetajate poolt kõige vähem kasutamist – nädala tabelit täidab 56% õpetajatest ja ei kasuta 44% (vt joonis 4).



Joonis 3: VEPA mängu mängimise sagedus (%)



Joonis 4: Erinevate VEPA meetodite kasutamise sagedus õpetajate poolt (%)

Õpetajatel paluti ka vaba vastuse vormis kirjeldada, millised VEPA meetodid on nende lemmikud ja miks. Õpetajad märgivad mitmeid elemente korraga. Järgmisel leheküljel on esitatud viis enam mainitud VEPA meetodit koos näidetega esitatud põhjendustest. VEPA mängu ennast peab oma lemmikute hulka kuuluvaks 27% õpetajatest.

Nimepulgad – 69% õpetajatest mainib oma lemmikute seas.



"Hea valikut teha ükskõik mis eesmärgiks, nt rühmadesse jagamiseks."

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

"Lemmikud on igapäevaselt kasutusel olevad suupill, nimepulgad, taimer. Need on abiks õpilaste enesekontrolli suunamisel ja teevad minu töö lihtsamaks."

Suupill – 55% õpetajate lemmikute seas.

Taimer – 53% õpetajate lemmikute seas.



"Hoiab kokku väärtuslikku aega."

"Aitab tähelepanu tagasi tegevusele tuua ning mõjub lastele rahustavalt."

"Õpilased on suupilliga harjunud ning tähelepanu on koheselt koondatud."

"Hoiab kogu töö vältel tähelepanu ülesandel."



Memme vigur – 33% õpetajate lemmikute seas.

Hääle tugevuse käemärgid – 30% õpetajate lemmikute seas.



"Seda ootavad lapsed väga."

"Motiveerivad lapsi positiivselt käituma ja toovad tundidesse elevust."

"Saan näidata ilma oma juttu katkestamata, millist hääletooni ma soovin."

"Kiire ja arusaadav sõnum igas olukorras."



60% õpetajates on VEPA metoodika rakendamisse kaasanud ka lapsevanemaid. Eelkõige on jagatud infot VEPA metoodika olemuse ja meetodite kohta. Osad õpetajad on ka tutvustanud konkreetsete elementide kasutamist. Kooliaasta lõpus andis TAI välja ka elektroonse raamatu „VEPA kodu“<sup>5</sup>, mida õpetajad on saanud lastevanematega jagada. Näiteid õpetajate poolt antud vastustest vanemate kaasamise kohta:

*„Olen rääkinud, mida VEPA endast kujutab ja kuidas see meie klassi on aidanud.“*

*“Olen arenguvestlusel selgitanud mängu sisu, jaganud materjale, andnud tagasisidet laste VEPA-käitumisest.”*

*„Olen vestelnud kõikide lastevanematega, mis, mida ja miks me klassis teeme. Mõned lastevanemad on soovinud täpsemat infot, mida olen siis ka jaganud. Tean, et mõned neist on ka kodus mõnda võtet rakendanud. Tore, et ilmus käsiraamat lastevanemale.“*

*“Olen rääkinud erinevatest elementidest, mida tunnis kasutame, ja toonud näiteid, kuidas võiks neid kodus kasutada.”*

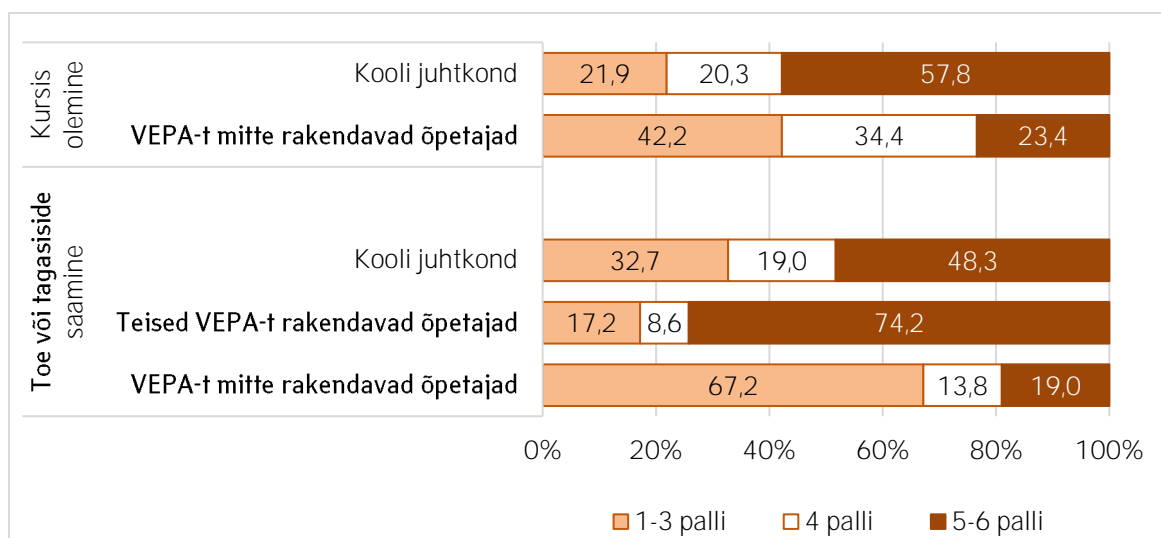
*“Tegime koostöös mentoriga lastevanemate koosoleku, mis oli VEPA metoodikatest läbi immutatud. Koos nendega tegime lastevanemate Visiooni (mida nemad tahaksid klassis rohkem või vähem). Iga õpilane sai oma vanemale kirjutada Kiidu ning vanemad kirjutasid neile vastu. Vanemad said ka Viquris osaleda.”*

### 3.1.3 Kooli kursisolek VEPA-ga

Uuriti ka selle kohta, kui kursis ollakse VEPA metoodikaga koolis laiemalt. Vastata paluti 6-pallisel skaalal ning mida kõrgem hinnang, seda parem kursis olek koolis ja suurem toetuse/tagasiside pakkumine VEPA õpetajale. Rohkem kui pooled õpetajatest märgivad, et kooli juhtkond on VEPA metoodika olemusega hästi kursis. VEPA-t mitte rakendavad õpetajad teavad sellest programmist aga märksa vähem.

Head tuge ja tagasisidet saavad õpetajad VEPA rakendamisel eelkõige teistelt oma koolis VEPA-t kasutatavelt õpetajatelt. Ligi pooled õpetajad saavad suuremal määral tagasisidet või tuge ka kooli juhtkonnalt (vt joonis 5).

<sup>5</sup>[https://intra.tai.ee//images/prints/documents/15257642005\\_VEPA%20KODU%20vanemaraamat\\_2018.pdf](https://intra.tai.ee//images/prints/documents/15257642005_VEPA%20KODU%20vanemaraamat_2018.pdf)



Joonis 5: VEPA metoodikaga kursis olek koolis ja tagasiside saamine (% vastused 6-pallisel skaalal)

Paluti ka vaba vastusena kirjeldada, millist tuge õpetajad kooli juhtkonna või kolleegide poolt kõige enam vajaksid. Järgnevalt on toodud enam mainitud teemad ning illustreerivad näited õpetajate poolt antud vastustest.

- ✓ Huvi tundmist ja üldist arusaamist VEPA metoodikast.

*„Et juhtkond teadvustaks, et VEPAga on võimalik koolielu paremaks muuta.“*

*“Et kõik mõistaksid, oleks alguses vajalik läbi viia üks õppetund kogu koolile ja siis juba jätkata konkreetsetes klassides.”*

- ✓ Mõistvat ja aktsepteerivat suhtumist metoodika kasutamise suhtes.

*“Ühiste väärtuste toetamine. VEPA metoodika on väga suureks abiks alustavale õpetajale.”*

*“Mõistmist, et tehakse asju teistmoodi ka.”*

*“Selgitamist ja usaldust, et VEPA töötab ja see on elu loomulik osa.”*

- ✓ Klassi edusammude märkamist ja tunnustamist.

*“Edusammude märkamist peale programmi kasutuselevõtmist ja tööga jätkamise motiveerimist.”*

*„Vajaks julgustust metoodika rakendamisel. Samuti võiks juhtkond tunnustada neid õpetajaid, kes VEPA-t kasutavad. Kindlasti võiks kolleegid huvi tunda, kuidas see metoodika toimib.“*

- ✓ VEPA metoodika laiemat kasutamist koolis.

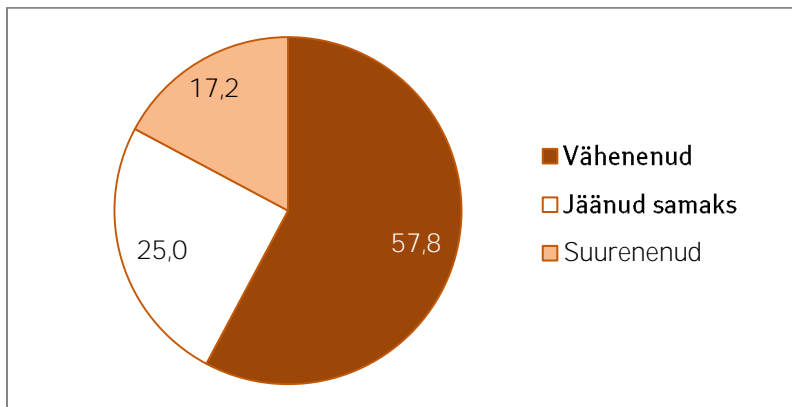
*“Koolil võiks olla terviklik süsteem, kus kõik õpetajad oleksid hästi metoodikaga kursis. Veel parem, kui kõik ka kasutaksid.”*

*“Kolleegidega koostöö on oluline paremate tulemuste saavutamiseks, kuna minu klassile annavad tunde ka teised õpetajad.”*

### 3.1.4 Tajutud muutused

Üle poole õpetajatest leiab, et peale VEPA metoodika kasutuselevõtmist on klassiga töötamise koormus tema jaoks vähenenud (seejuures 45% vastab pigem vähenenud ja 13% oluliselt vähenenud). Veerandi jaoks on koormus jäänud samaks nagu enne ning alla viiendiku märgib koormuse suurenemist (sh 14% vastab pigem suurenenud ja 3% oluliselt suurenenud) (vt joonis 6).

Õpetajatel oli võimalus ka oma töökoormust kommenteerida. Koormuse suurenemist seletati näiteks sellega, et uue meetodi õppimine võtab aega ja lisaressurssi, tunni läbiviimise plaan tuleb ümber mõelda ja lastele antavaid ülesandeid hästi valida. Koormuse vähenemise kohta kirjutati näiteks seda, et tunni alustamine ja ühelt tegevuselt teisele liikumine on nüüd kiirem ja paindlikum, õpetaja poolt antavad korraldused on konkreetsemad ja lastele hästi arusaadavad, metoodika säästab õpetajat, kuna õpilased kontrollivad ennast, ei pea enam tegelema laste käitumise probleemidega.

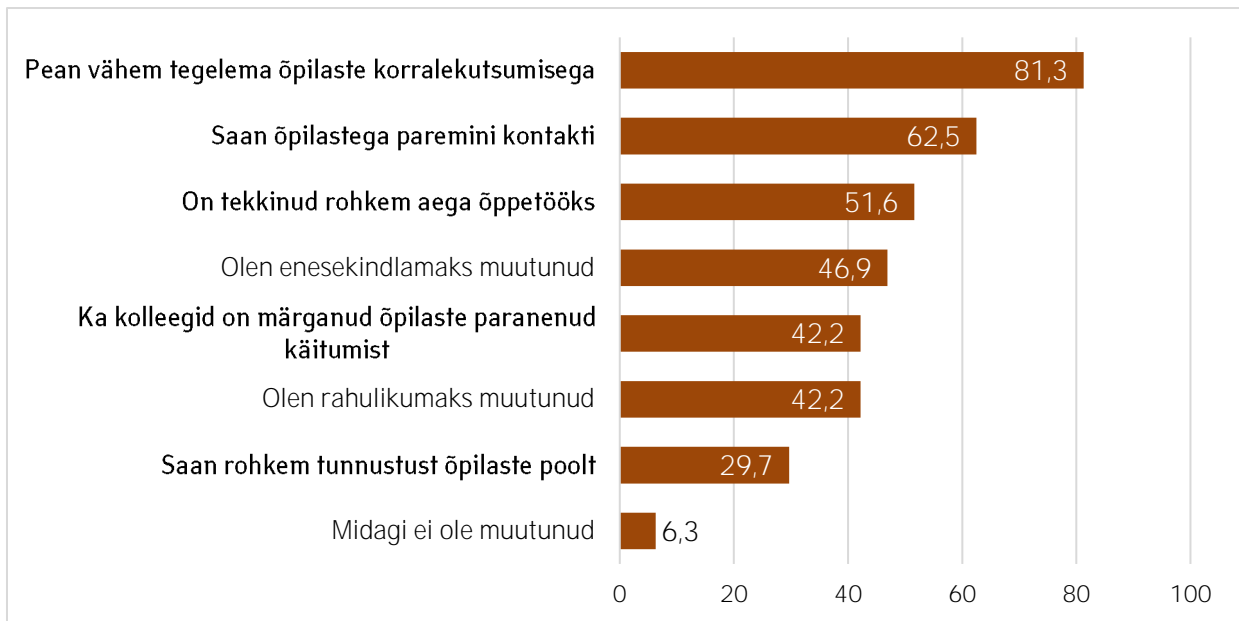


Joonis 6: Õpetajate koormuse muutus klassiga töötamisel peale VEPA metoodika kasutuselevõtmist (%)

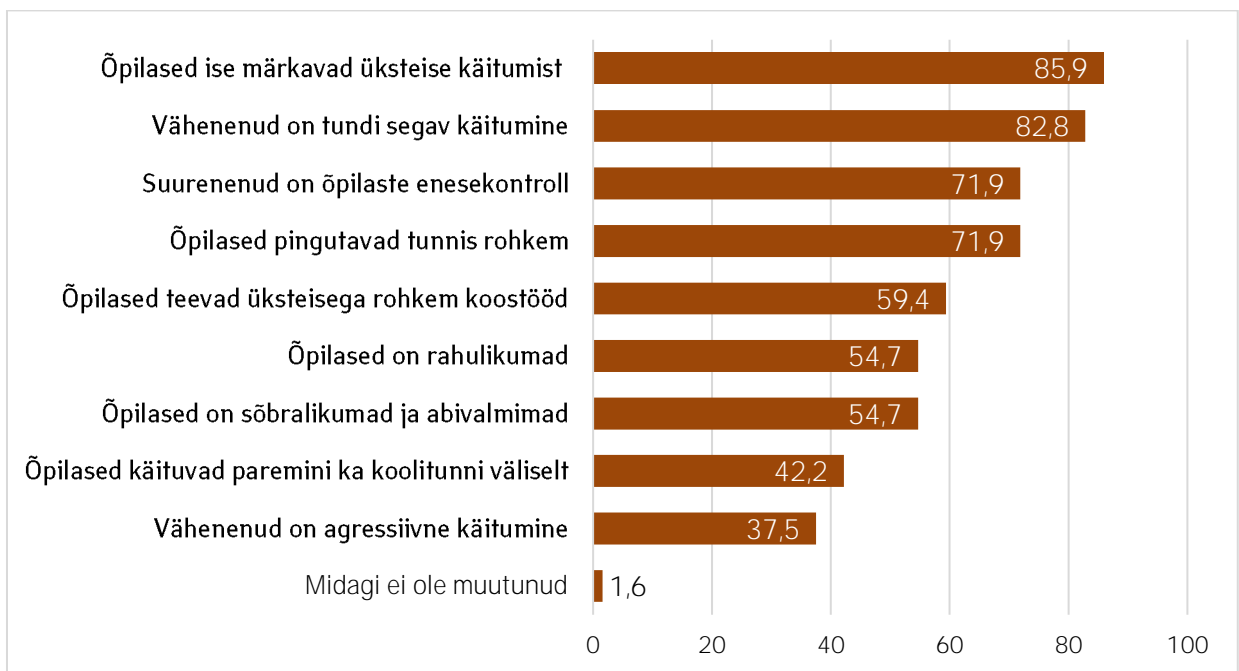
Joonisel 7 ja 8 on esitatud muutused, mida õpetaja on enda tööga seoses tajunud ja mida ta on õpilastes märganud peale VEPA metoodika kasutuselevõtmist. Kõige enam mainitakse, et nüüd peab vähem tegelema õpilaste korralekutsumisega, on rohkem aega õppetööks ja parem kontakt õpilastega. Õpilased oskavad ise märgata üksteise käitumist, segavad vähem tundi ja pingutavad rohkem, suurenenud on nende enesekontroll ning koostöö üksteisega.

Üle poole õpetajatest (58%) arvasid, et nad jätkavad kindlasti VEPA kasutamisega ka järgmisel õppeaastal, 39% leidsid, et nad pigem jätkavad ning 3% (n=2) kaldusid selle poole, et nad järgmisel aastal ei jätkata metoodika kasutamist.





Joonis 7: Muutused, mida õpetajad enda töös tajuvad (%)



Joonis 8: Muutused, mida õpetajad on oma klassi õpilastes märganud (%)

Õpetajatel paluti ka vabas vormis kirjutada, mis on nende tänase kogemuse kohaselt VEPA metoodika eesmärk ja mõte. Vastused grupeeriti ning eristus kolm suuremat fookust, mille juures on esitatud ka näide õpetajate poolsetest selgitustest.

- ✓ VEPA aitab luua head õpikeskkonda ja hoida motivatsiooni.

*"Et kõik tunneksid ennast koolis hästi ja saaksid tööd teha, nii õpilased kui õpetajad!"*

- ✓ VEPA arendab laste enesekontrolli ja õpetab keskendumist.

*"Selle meetodika kaudu arendatakse õpilaste eneseregulatsiooni oskusi, koostööd, tahtliku tähelepanu suunamist ja keskendumisvõimet!"*

- ✓ VEPA õpetab märkama positiivset, tunnustama, teistega arvestama ja tegema koostööd.

*"Hea käitumisharjumuse toetamine läbi heade sõnade ja positiivse eeskuju. Lisaks on mulle väga oluline VEPA meetodika ennetav mõju pikemas perspektiivis!"*

## 3.2 Õpilaste tugevused ja raskused

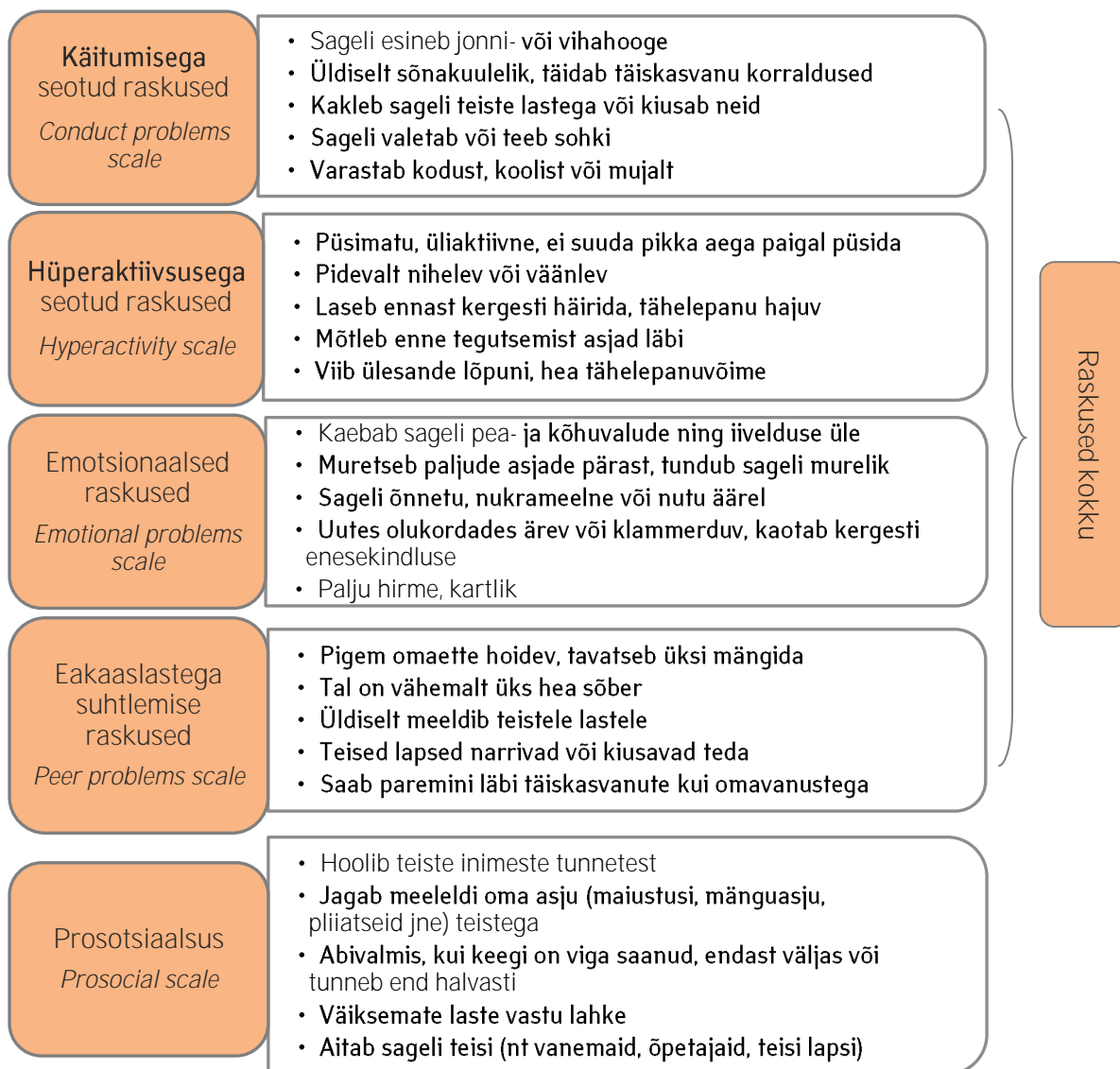
Tugevuste ja raskuste küsimustik SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*<sup>6</sup>) on rahvusvaheliselt laialt kasutatav instrument, mis on välja töötatud Suurbritannia lastepsühhiaatri Robert N. Goodmani poolt kolmel kujul: lastevanematele, õpetajatele ning lastele. VEPA rakendamise raames on kasutatud õpetajate versiooni, mida saab täita 4–17-aastaste laste kohta. Küsimustik koosneb 25-st õpilase käitumise kohta käivast väitest, millele vastamine toimub kolmesel skaalal – kas see väide on õpetaja arvates antud lapse kohta kindlasti õige, osaliselt õige või vale. Lisaks uuritakse, kas lapsel on õpetaja arvates käitumise või emotsioonidega seotud üldisi raskusi.

Klassijuhatajad täitsid antud küsimustiku iga enda klassi õpilase kohta kahel korral – septembris 2017 ning mais 2018. Uuringu andmebaasis on iga õpilane tähistatud anonüümse koodiga, et võimaldada ühtede ja samade õpilaste võrdlust erinevatel küsitluskordadel. Võrdlusest on välja jäetud õpilased, kelle kohta ei ole täidetud mõlema küsitluskorra ankeeti (nt kes on õppeaasta jooksul antud koolist lahkunud või juurde tulnud) või ei ole olnud võimalik välja arvutada skoori (õpetaja on jätnud mitmeid väiteid vastamata). Mõlema küsitluskorra küsimustikud ja skoorid on olemas 1 360 õpilase kohta 84 klassist.<sup>7</sup>

Küsimustiku väljatöötaja poolt teostatud uuringute alusel jagunevad väited viieks skooritavaks alavaldkonnaks, millest igaühe alla koondub viis väidet (vt joonis 9). Neli esimest alavaldkonda puudutavad käitumisega esinevaid raskusi ning viimane valdkond (prosotsiaalsus) on seotud lapse tugevustega.

<sup>6</sup> Goodman, R. (2001). Psychometric properties of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40, 1337–1345

<sup>7</sup> Analüüsi ei ole kaasatud 16 klassi andmeid. Neist 12 õpetajat vaatamata korduvatele meeldetuletustele emmal-kummal korral küsimustikke ei täitnud, 2 õpetajat olid järelküsitluse ajal haiguslehel ning 2 õpetajat katkesas programmis osalemise enne kevadet.



Joonis 9: Tugevuste ja raskuste küsimustiku väidete jaotus alavaldkondadeks

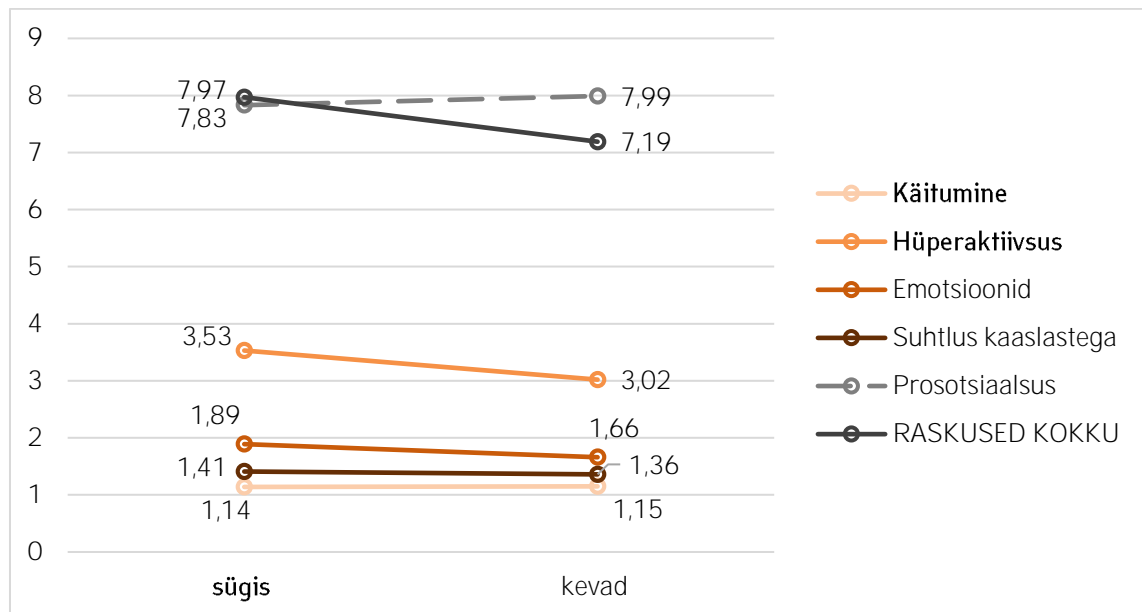
Iga alavaldkonna jaoks arvutatakse viie väite põhjal välja keskmine skoor (mis saab olla vahemikus 0-10) ning nelja raskustega seotud valdkonna tulemus liidetakse kokku raskuste koondskooriks (mille võimalik vahemik on 0-40). Raskustega seotud skooride puhul näitab kõrgem skoor suuremaid muresid lapse käitumisega, prosotsiaalsuse puhul on aga vastupidi – mida kõrgem on skoor, seda suurem on lapse abivalmidus ja hoolivus teiste suhtes.

Sekkumise eelse ja järgse küsitluse keskmised skoorid on näidatud joonisel 10. Neljast raskustega seotud alavaldkonnast on kõige kõrgem aktiivsuse ja tähelepanu raskustega seotud skoor ning see on ka eakohane, et antud valdkond enam välja tuleb. Siin on toimunud ka kõige suuremad muutused: skoor on kahanenud 0,51 punkti võrra ning kõigi viie väite osas hindavad õpetajad, et lastel esineb kooliaasta lõpus vähem raskusi, kui sügisel.

Statistiliselt oluliselt on vähenenud ka emotsioonidega seotud skoori tase (0,23 punkti võrra) ning vähem on raskusi seoses kahe väitega (ärevus uutes olukordades ja murelikkus). Kevadeks on kasvanud prosotsiaalsuse skoori tase (0,16 punkti võrra) ning see tuleneb kolme väitega seotud muutustest (suurenenud on abivalmidus ja teiste aitamine ning oma asjade jagamine).

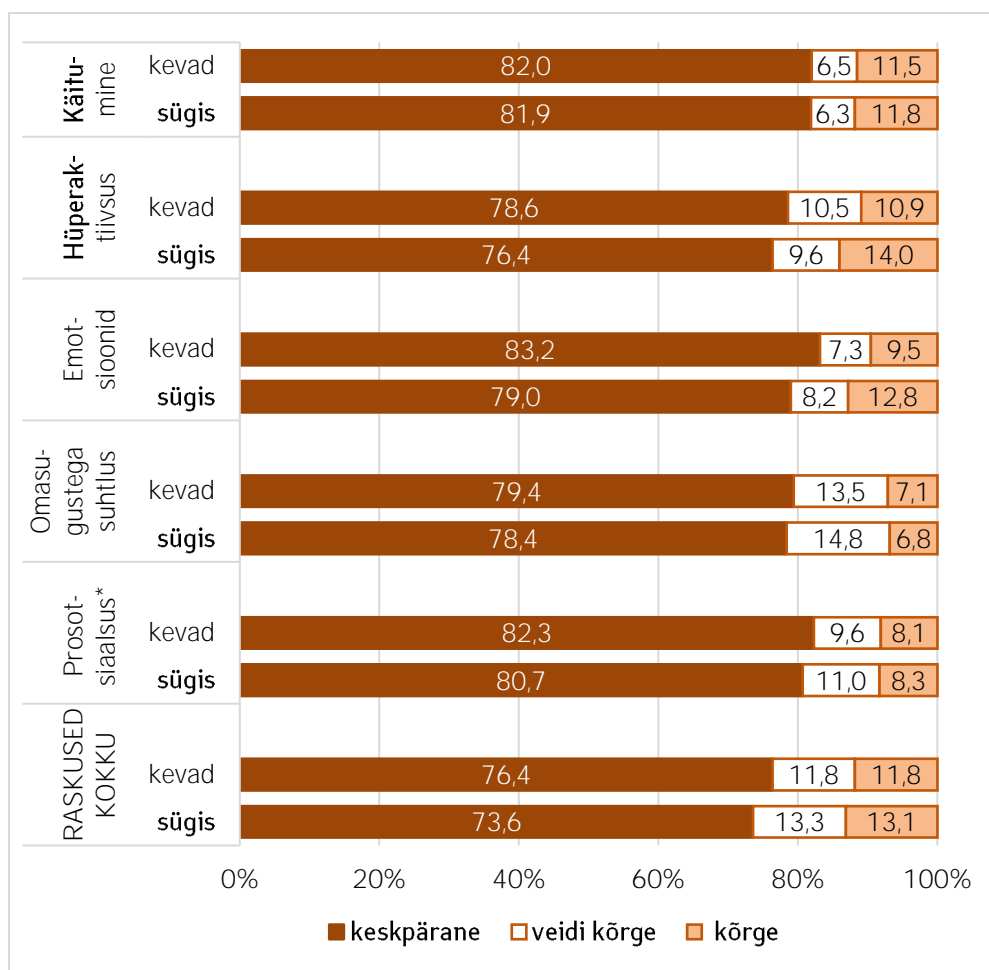
Muutunud ei ole käitumise raskustega ning eakaaslastega suhtlemise raskustega seotud skoorid. Raskuste koondskoor, mis arvutatakse nelja alaskoori pealt kokku, on kahanenud 0,78 punkti võrra.

Saadud skooride alusel on võimalik tulemusi grupeerida – keskpärane, veidi kõrge või kõrge skoori tase. Tulemuste jaotamine keskpäraseks või raskustega käitumiseks lähtub küsimustiku autori R. Goodmani poolt teostatud Suurbritannia populatsiooniuringutest. Eestis küsimustiku õpetajate versiooni kohta normatiivseid andmeid kogutud ei ole (küll aga on need olemas lastevanemate versiooni osas). Nii emotsionaalsete kui aktiivsuse ja tähelepanuga seotud raskuste puhul on kooliaasta lõpuks 3 protsendipunkti võrra kahanenud õpilaste osakaal, kelle skoor on kõrge. Ülejäänud muutused ei osutu statistiliselt oluliseks (vt joonis 11).



Joonis 10: Tugevuste ja raskuste skooride seis eel- ja järelküsitusel

Küsimustiku lõpus küsitakse ka õpetaja üldist hinnangut selle kohta, kas tema arvates antud lapsel esineb raskusi seoses emotsioonide, käitumise, keskendumise või teiste inimestega läbi saamisega. Sügisel leidsid õpetajad, et 53% lastest raskusi ei esinenud, 29% esinesid väikesed raskused ning 18% selged või tõsised raskused. Kevadeks olid antud näitajad 58%, 26% ja 16% ehk 5 protsendipunkti võrra oli kasvanud õpilaste osakaal, kellel õpetaja hinnangul mingeid raskusi ei esinenud.

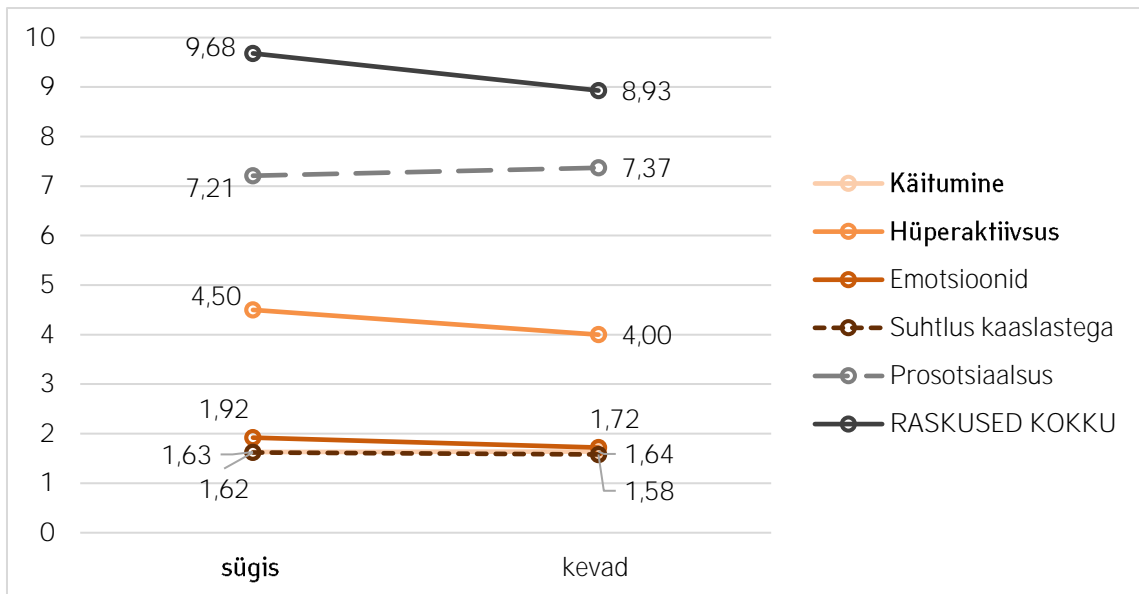


Joonis 11: Tugevuste ja raskuste skooride tasemete jaotus eel- ja järelküsitusel (%)

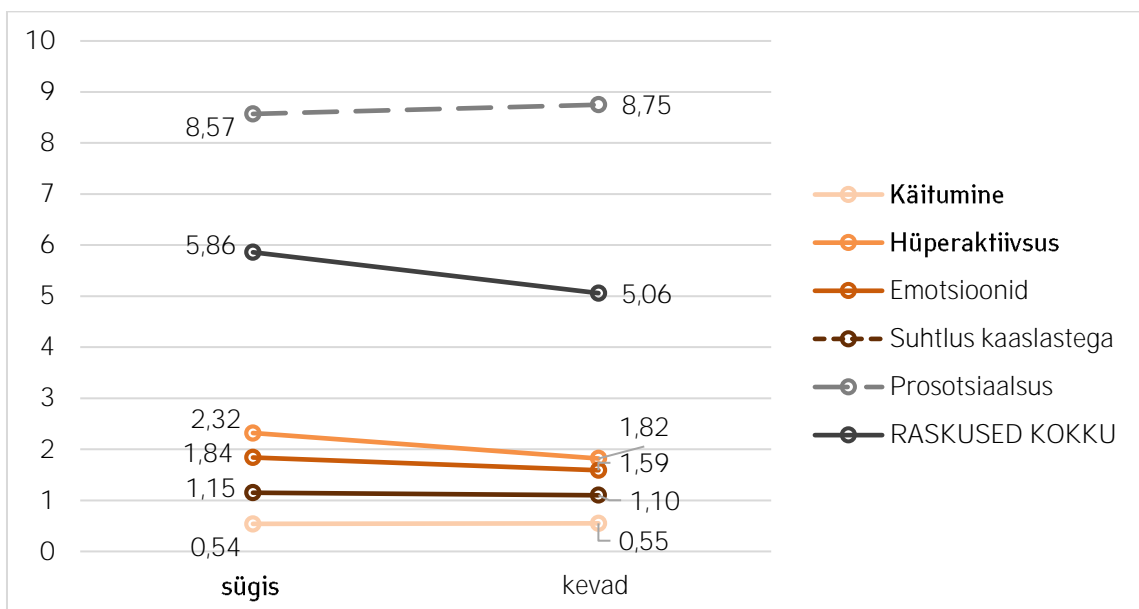
\* Prosotsiaalsuse puhul on legend: keskpärane, veidi madal, madal

### Erinevused soo lõikes

Tüdrukute ja poiste andmeid võrreldes selgub, et poistel on käitumisega rohkem raskusi kui tüdrukutel; v.a. emotsioonidega seotud raskused, mille skoor soo lõikes ei erine. Tüdrukutel on kõrgem prosotsiaalsuse näitaja. Kooliaasta lõpuks toimunud muutused on aga sarnasel tasemel ning nii tüdrukute kui poiste grupis. Kahenenud on aktiivsuse ja tähelepanu ning emotsioonidega seotud raskused ja sellest tulenevalt ka raskuste koondskoor (tüdrukutel 0,80 ja poistel 0,75 punkti võrra). Mõnevõrra kasvanud on mõlemast soost õpilaste prosotsiaalsus (vt joonis 12 ja 13).



Joonis 12: Tugevuste ja raskuste skooride seis eel- ja järelküsitusel poiste seas (n=748)

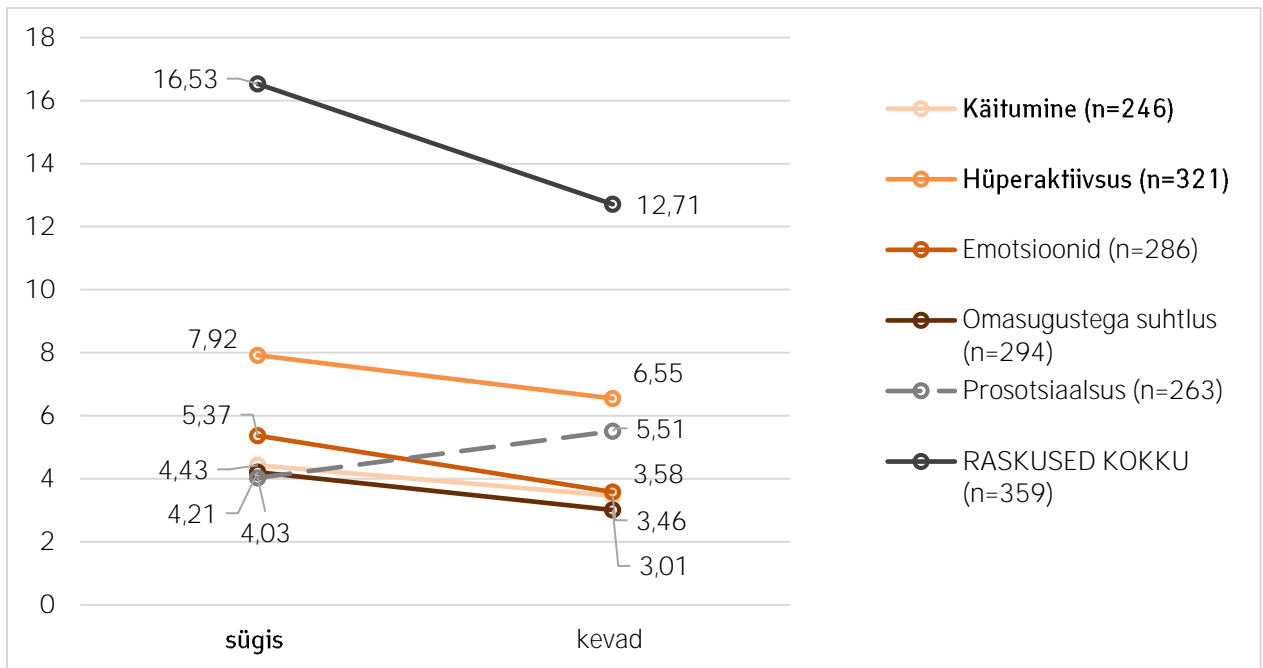


Joonis 13: Tugevuste ja raskuste skooride seis eel- ja järelküsitusel tüdrukute seas (n=612)

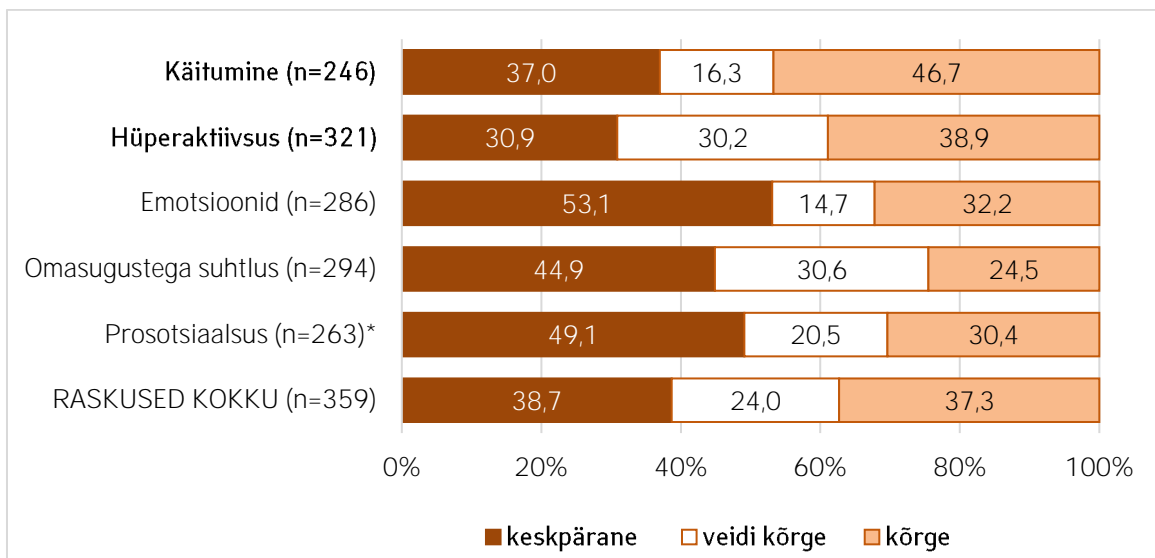
### Muutused raskustega õpilaste grupis

Eraldi vaadati nende õpilaste gruppi, kellel kooliaasta alguses esines käitumisega vähemalt veidi raskusi. Erinevate skooride lõikes oli neid 18-26% (n=246-359). Jooniselt 14 on näha, et antud grupis on skooride muutused palju suuremad ning raskuste koondskoor on kevadeks kahanenud 3,82 punkti võrra. Muutused on statistiliselt olulised kõigi alaskooride puhul. Kõige rohkem on kahanenud emotsioonidega seotud raskused (1,79 punkti võrra) ning suurenenud prosotsiaalsus (1,48 punkti võrra).

Joonisel 15 on näidatud sügisel väiksemate või suuremate raskusetega gruppi kuulunud õpilaste tulemuste jaotus järelküsitusel ajal. 31-53% õpilastest, kellel eelküsitusel oli käitumisega seotud raskusi, kuuluvad järelküsitusel tavapärase käitumisega gruppi.



Joonis 14: Tugevuste ja raskuste skooride seis eel- ja järelküsitusel õpilaste grupis, kellel oli eelküsitusel vähemalt veidi raskusi



Joonis 15: Tugevuste ja raskuste skooride tasemete jaotus järelküsitusel õpilaste grupis, kellel oli eelküsitusel vähemalt veidi raskusi (%)

\* Prosotsiaalsuse puhul on legend: keskpärane, veidi madal, madal

### 3.3 Õpetaja enesetõhusus

Lisaks õpilastele hinnangu andmisele paluti õpetajal ära täita küsimustik, mis on välja töötatud USA teadlaste Megan Tschannen-Morani ja Anita Woolfolk Hoy poolt õpetajate enesetõhususe ning klassi juhtimisega seotud näitajate mõõtmiseks (*Teachers' Sense of Efficacy Scale*<sup>8</sup>).

Ankeet koosneb 24 väitest, mille puhul õpetaja hindab 9-pallisel skaalal, millisel määral ta näeb **endal võimalust klassis teatud aspektide mõjutamiseks (skaala otsad „üldse mitte“ ja „väga palju“)**. Klassijuhatajad täitsid antud ankeeti kahel korral – septembris 2017 ja mais 2018 (koos õpilaste tugevuste ja raskuste küsimustikuga). Analüüsis on kasutatud 76 õpetaja andmeid, kes on mõlemal küsitluskorral küsimustikule vastanud.

Küsimustiku 24 väidet jagunevad kolmeks alavaldkonnaks: õpilaste kaasamine, juhendamise strateegiad ja klassi juhtimine (vt joonis 16). Iga valdkonna jaoks arvutatakse välja keskmine skoor, mis saab olla vahemikus 0–9 (skaala alla kuuluvate küsimuste vastuste keskmine). Mida kõrgem on saadud skoor, seda parem tulemus õpetaja enesetõhususe seisukohalt.

Kõigi esitatud küsimuste puhul on kooliaasta lõpuks sügisega võrreldes toimunud statistiliselt oluline muutus. Sellest tulenevalt on kasvanud ka kõigi kolme skoori tase (vt joonis 17). Muutus on veidi suurem (0,57 punkti) klassi juhtimise skoori osas. Antud alavaldkonnas tunnevad õpetajad, et kõige enam on suurenenud nende võimalused korraldada tunnitööd nii, et see arvestaks igat õpilaste rühma ning tagada, et mõni probleemsem õpilane ei rikuks tervet tundi. Juhendamise strateegiatega seoses on muutus 0,52 punkti ning õpetajad tunnetavad kõige enam, et suudavad paremini sõnastada õpilaste jaoks häid küsimusi ning pakkuda jõukohaseid väljakutseid ka väga võimekatele lastele. Õpilaste kaasamise skoori muutus on sarnasel tasemel (0,51 punkti) ning võrreldes sügisega on kõige rohkem suurenenud õpetajate võimalused kõige raskemate õpilasteni jõudmisel ning kriitilise mõtlemise soodustamisel.

Tulemuste paremaks tõlgendamiseks on joonisel 18 skoorid jagatud kolme gruppi. Tulemustest on näha, et kevadel on sügisega võrreldes umbes kaks korda rohkem õpetajaid, kelle keskmine skoor on kõrge ehk vahemikus 8-9.

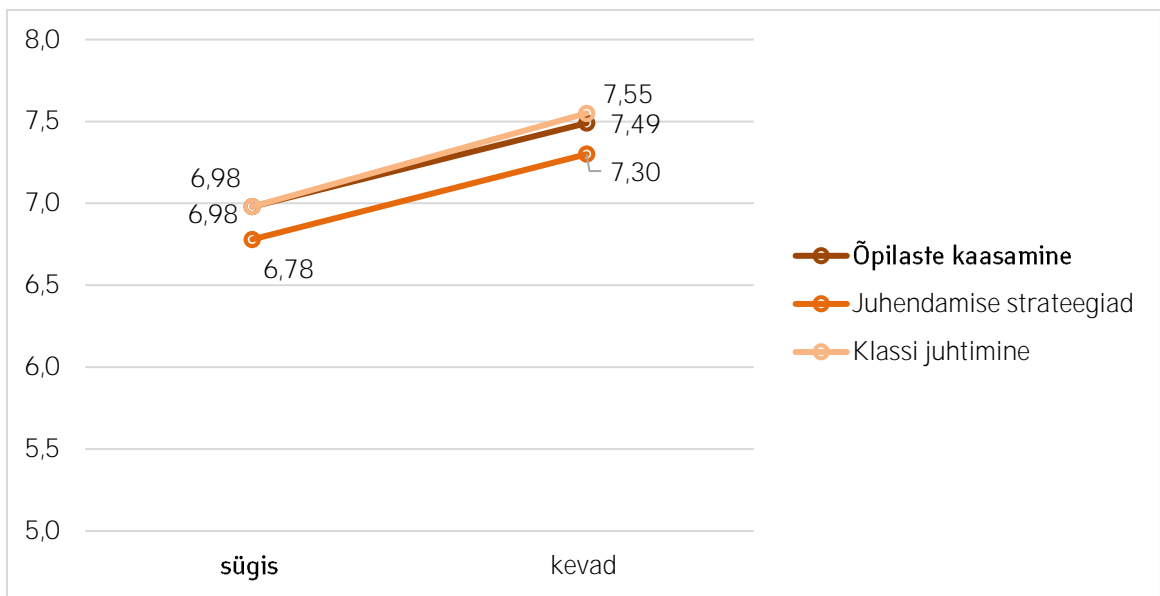
---

<sup>8</sup> Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W. (2001). Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17, 783-805.

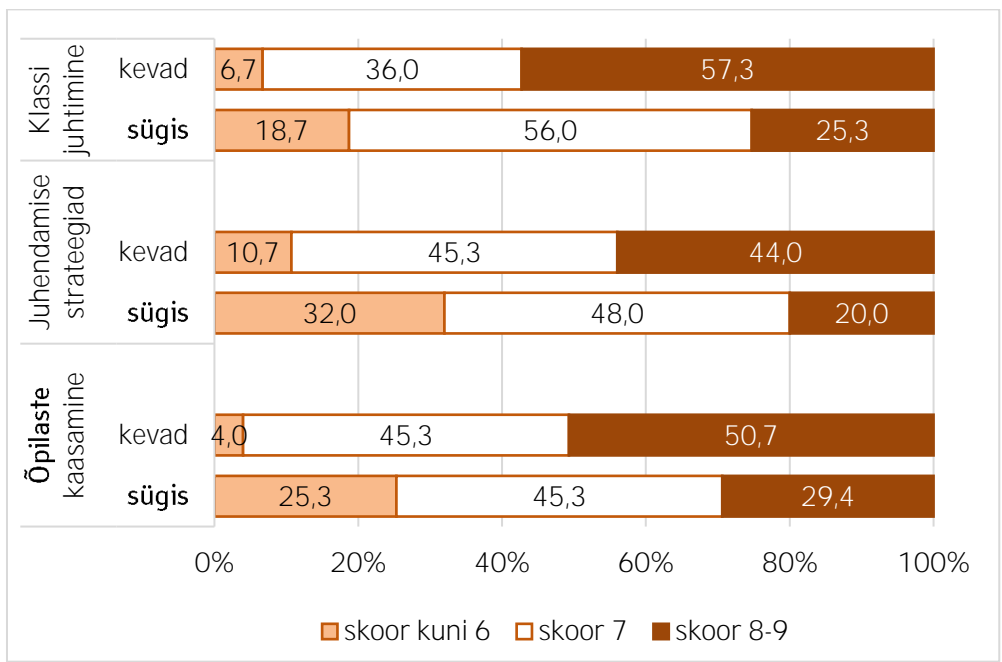




Joonis 16: Õpetaja enesetõhususe küsimustiku küsimuste jaotus alavaldkondadeks



Joonis 17: Õpetajate enesetõhususe skoorid eel- ja järelküsitusel



Joonis 18: Õpetajate enesetõhususe skooride jaotus gruppideks eel- ja järelküsitusel