



Tervise
Arengu
Instituut

VEPA metoodika tulemused

Raport
Õppeaasta 2023/2024

Tallinn 2024

Tervise Arengu Instituut

VEPA metoodika tulemused

Õppeaasta 2023/2024

Saara Reete Tamminen

Tallinn 2024

Tervise Arengu Instituudi **missioon** on olla teaduspõhiste tervislike valikute kujundaja.

Retsensent: Liis Ilula-Niinemets (vanemspetsialist, Tervise Arengu Instituudi vaimse tervise edendamise osakond)

Väljaande andmete kasutamisel viidata allikale.

Soovitav viide käesolevale väljaandele: Tamminen, S. R. VEPA meetoodika tulemused. Õppeaasta 2023/2024. Tallinn: Tervise Arengu Instituut, 2024.

Sisukord

Lühikokkuvõte	4
1 VEPA metoodika kasutamine.....	5
2 Õpetajate tagasiside VEPA-aastale.....	7
2.1 VEPA-elementide kasutamine.....	7
2.2 Koostöö ja toetamine	9
2.3 VEPA kogemuse kokkuvõte	11
3 Mentorite tagasiside VEPA-aastale	13
3.1 Mentori tegevused	13
3.2 Koostöö õpetajatega.....	14

Lühikokkuvõte

VEPA metoodika on tõenduspõhiste elementide ja meetodite kogum õpetaja jaoks, mille kasutamine toetab laste eneseregulatsiooni ja sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arengut ning aitab mängulisel moel luua toetavat õpikeskkonda laste jaoks. Väljaõppe läbimisel toetab õpetajat metoodika kasutama hakkamisel ühe õppeaasta jooksul VEPA-mentor.

VEPA metoodikat on Eesti koolides kasutatud alates 2014/2015. õppeaastast. Liitunud on 190 kooli, 935 klassiõpetajat ning metoodikast on osa saanud ligi 17 166 valdavalt algklasside õpilast.

Klassiõpetajate tagasiside

VEPA-õpetajate õppeaasta tagasiside ankeedi peamised tulemused.

- ✓ VEPA-elementidest kasutasid õpetajad enim VEPA-nimepulkasid, VEPA-taimerit ning käemärke hääle tugevuse näitamiseks. Vähem kasutasid õpetajad VEPA-punktide kogumist, õpilastele rollide andmist (näiteks mängu meeldetuletaja) ja salamängu ja/või salamängijat. VEPA-elementide kasutuselevõtmist soodustas õpetajate jaoks ennekõike see, et VEPA-elemente oli lihtne kasutada ning häid tulemusi võis märgata juba esimestel kasutuskordadel.
- ✓ Ligi iga neljas õpetaja kasutas VEPA-mängu igapäevaselt, üle poolte iganädalaselt ning ülejäänud mõnevõrra harvem.
- ✓ Sarnaselt möödunud õppeaastatele jäid õpetajad rahule VEPA-mentorite toetusega ning pidasid toimunud tunnivaatlusti, nõustamisi ja kvisioone abistavaks. Erinevate mentoreid puudutavate aspektide osas jäid õpetajad enim rahule mentori usaldusväärsuse, metoodikaga seotud teemade sisulise valdamisega ning mentoripoolse abistamisega tekkinud küsimuste korral.
- ✓ Enamik õpetajatest leidis, et VEPA metoodika kasutamise tulemusel paranes õpilaste motivatsioon õppetööks ja õpilaste enesejuhtimise oskused. Õpetajate jaoks paranes enim õpilaste kaasamine tunni kulgemisse ja õpilastega kontakti saavutamine.
- ✓ Sarnaselt varasematele õppeaastatele soovitaks enamik õpetajaid VEPA metoodika kasutuselevõtmist teistele õpetajale. Ligi kolmveerand õpetajatest plaanis metoodika kasutamisega kindlasti jätkata ka järgmisel õppeaastal.

Mentorite tagasiside

VEPA-mentorite õppeaasta tagasiside ankeedi peamised tulemused.

- ✓ Mentorite hinnangul olid õpetajate jaoks kõige kasulikumad tunnivaatlused ja neile järgnev vestlus ning analüüs ja osalemine õpetajate kvisiooni gruppides.
- ✓ Kõikidest mentoripoolsetest tegevustest pidasid mentorid kõige lihtsamini teostatavaks TAI-le oma töö kohta aruandluse esitamist ja õpetajate nõustamist-juhendamist telefoni, e-posti teel või muus vormis.
- ✓ Enim soodustas mentorite koostööd õpetajaga see, kui õpetajaga tekkis hea ja usalduslik suhe, klassis oli märgata positiivseid muutusi, laste jaoks oli VEPA metoodika huvitav ning see, kui õpetaja oli VEPA-ga alustamise vajaduse ja eesmärgi enda jaoks hästi läbi mõelnud. Ligi poolte mentorite jaoks raskendas koostööd õpetaja suur töökoormus.

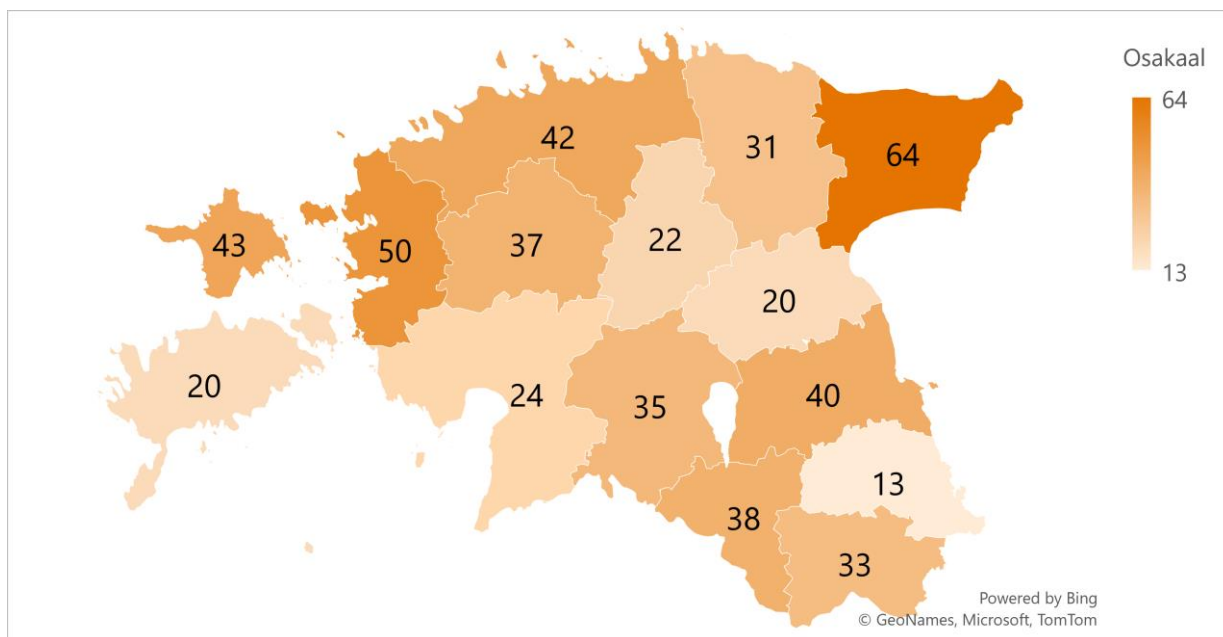
1 VEPA metoodika kasutamine

VEPA metoodika on tulemuslik ennetustegevus, mille kasutamine toetab laste eneseregulatsiooni ja sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arengut. VEPA metoodika aitab ennetada laste vaimse tervise ja käitumisega seotud probleemide teket või süvenemist ning sellel on pikaajane mõju lapse edasisele arengule. Metoodika väljaõppe käigus koolitatakse õpetajaid kasutama õppetegevuses erinevaid tööriistu, mängima koos lastega käitumise jälgimisele suunatud VEPA-mängu ning märkama ja tunnustama soovitud käitumist.

Väljaõppe läbimise õppeaasta jooksul toetab õpetajat VEPA metoodika kasutuselevõtmisel VEPA kooli- või piirkonnamentor. Koolimentor toetab VEPA-õpetajaid oma koolis ja on nende kolleeg. Piirkonnamentor teeb koostööd õpetajatega erinevatest koolidest.

VEPA metoodika (inglise keeles PAX Good Behavior Game) on välja töötatud Ameerika Ühendriikides PAXIS Instituudis ning Eestis on metoodikat ellu viidud kümme õppeaastat.

VEPA-ga on liitunud 190 kooli, sealhulgas 25 on lisandunud viimase kahe õppeaasta jooksul. Kõige suurem on VEPA-ga liitunud koolide osakaal Ida-Virumaal ja Läänemaal. Liitunud koolide osakaal maakondade lõikes on toodud Joonisel 1. Metoodika väljaõppe on läbinud 935 klassiõpetajat ning metoodikast osa saanud umbes 17 166 peamiselt algklasside õpilast (vt Tabel 1 ja Joonis 2). Lisaks klassiõpetajatele on metoodikat kasutanud 137 aineõpetajat. Aastate jooksul liitunud koolidest 48% on uusi õpetajaid VEPA väljaõppesse saatnud vähemalt kolmel õppeaastal. 40% koolides on kokku väljaõppe läbinud 1–3 õpetajat, 26% koolides 4–6 õpetajat ning ülejäänutes vähemalt 7 õpetajat.

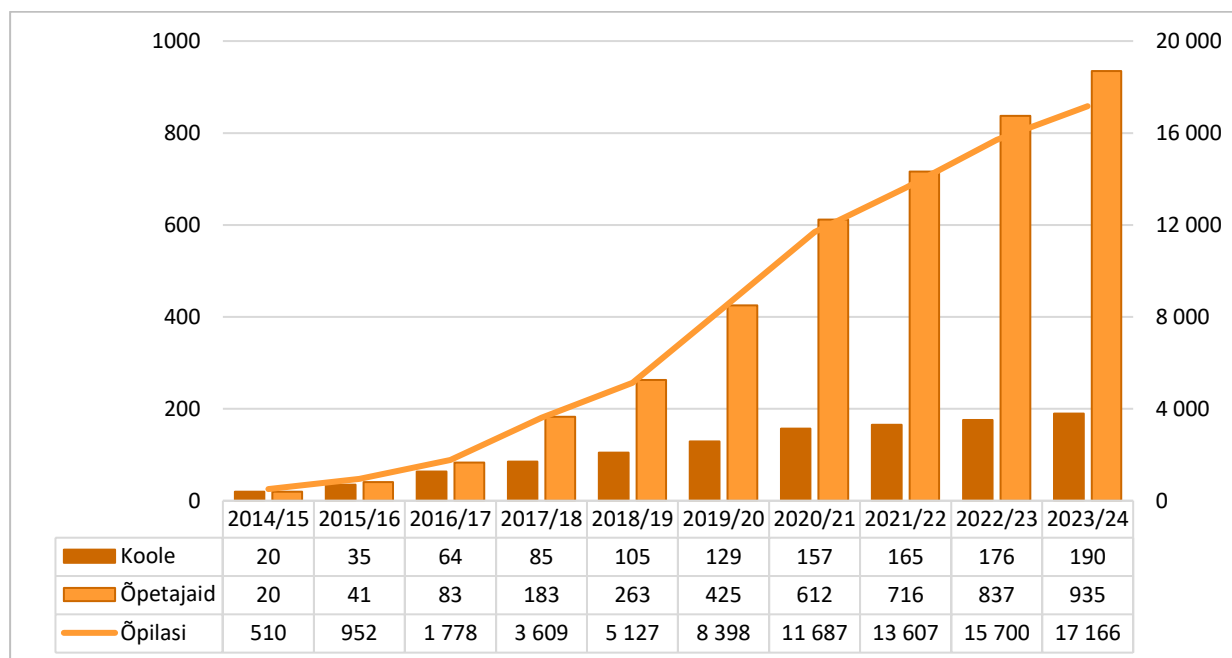


Joonis 1. VEPA-ga liitunud koolide osakaal kõigist üldhariduskoolidest (v.a. vaid gümnaasiumid ja täiskasvanute gümnaasiumid) maakondade lõikes

Tabel 1. VEPA metoodikat kasutanud koolide, klassiõpetajate ja õpilaste arv öa kaupa

*Mõned liitklassid ja vanemad klassid

Näitaja	2014/ 2015	2015/ 2016	2016/ 2017	2017/ 2018	2018/ 2019	2019/ 2020	2020/ 2021	2021/ 2022	2022/ 2023	2023/ 2024	KOKKU
Koole	20	21	42	46	39	86	89	71	77	77	190
sh uusi	20	15	29	21	20	24	28	8	11	14	190
Õpetajaid	20	21	42	100	80	162	187	104	121	98	935
Õpilasi	510	442	826	1831	1518	3271	3289	1920	2093	1466	17 166
sh 1. kl	510	442	723	790	726	1245	1122	877	949	731	8115
sh 2.-3. kl			103	720	619	1444	1298	503	879	616	6182
sh 4.-6. kl või muu*				321	173	582	869	540	265	119	2869



Joonis 2. VEPA metoodikat kasutanud koolide, klassiõpetajate ja õpilaste kumulatiivne arv

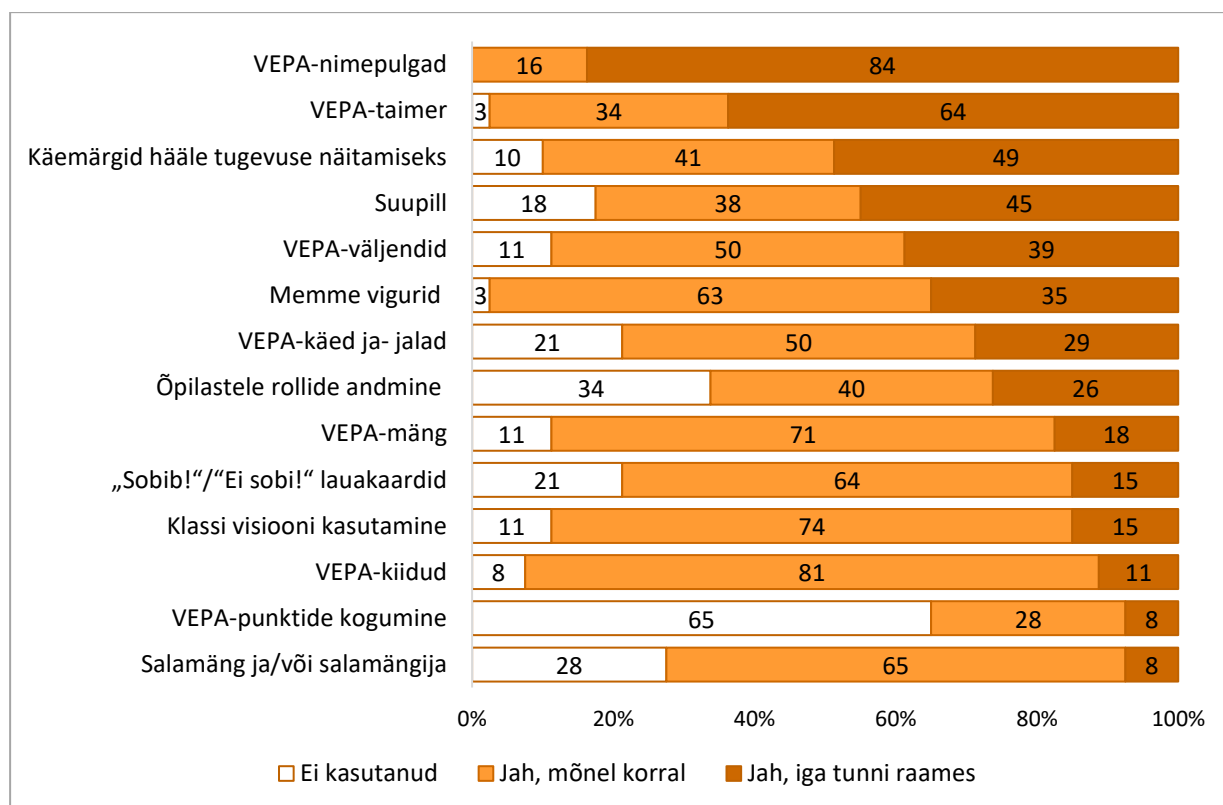
2 Õpetajate tagasiside VEPA-aastale

VEPA meetodika kasutamise raames kogutakse iga õppeaasta lõpus tagasisidet VEPA meetodikat kasutama hakanud õpetajatelt. Õpetajad vastasid elektroonsele ankeedile 2024. aasta aprillis. Tagasisidet andis 98-st klassiõpetajast 80 ehk ligi 82%.

2.1 VEPA-elementide kasutamine

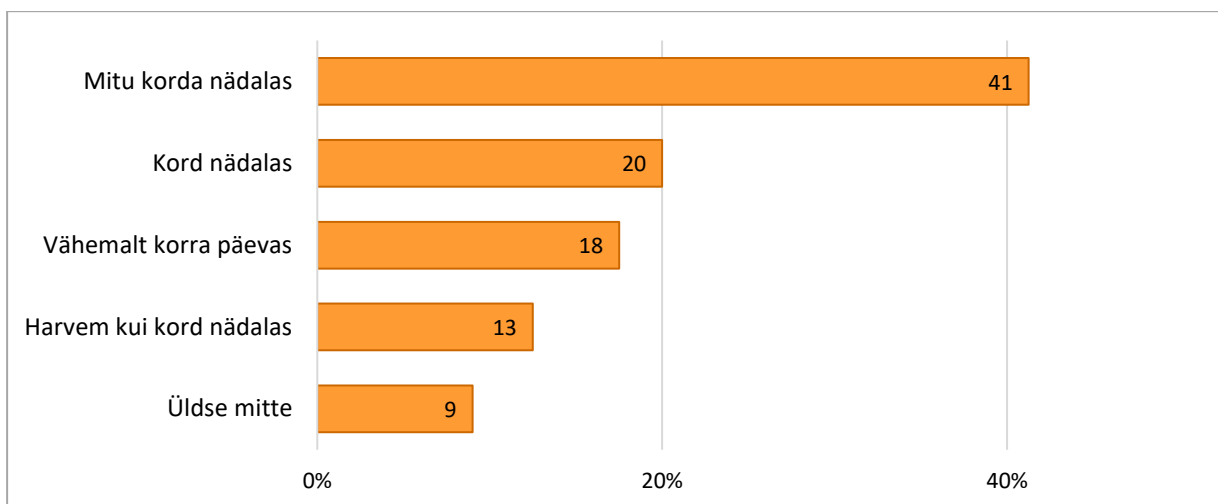
VEPA-elementide ja VEPA-mängu kasutamine

VEPA-elementidest kasutasid klassiõpetajad kevadel enim VEPA-nimepulkasid. Kõik tagasisidet andnud õpetajad kasutasid neid viimase kahe kuu jooksul mõnel korral või iga tunni raames (vt Joonis 3). Aktiivses kasutuses oli ka VEPA-taimer, VEPA memme vigurid, käemärgid hääle tugevuse näitamiseks, VEPA-suupill ja VEPA-väljendid („spleem“, VEPA-käitumine jm). Pea kõik õpetajad kasutasid neid elemente mõnel korral või iga tunni raames. Kaks kolmandikku õpetajatest ei kasutanud viimase kahe kuu jooksul kordagi VEPA-punktide kogumist ning kolmandik ei kasutanud õpilastele rollide andmist (näiteks VEPA-mängu meeldetuletaja). VEPA-elementide kasutamise sagedus on võrdlemisi sarnane varasemate õppeaastatega.



Joonis 3. VEPA-elementide kasutamise sagedus viimase kahe kuu jooksul (%)

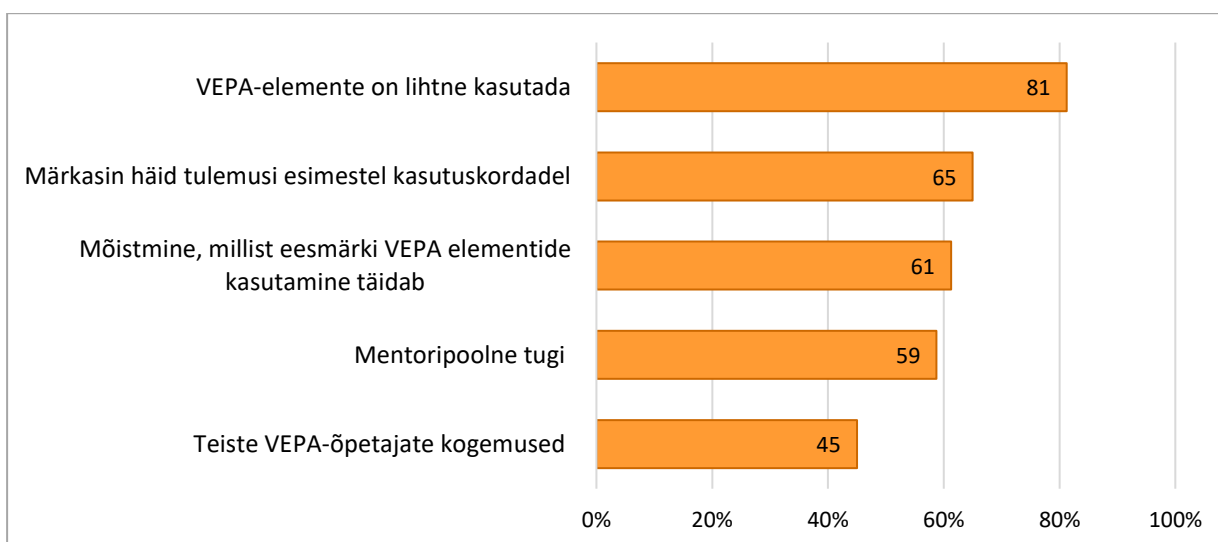
VEPA-mängu osas märkis 7 klassiõpetajat (9%), et ei ole seda viimase kahe kuu jooksul kordagi kasutanud (vt Joonis 4). 61% õpetajatest kasutas VEPA-mängu korra või mitu nädalas ning 18% vähemalt korra päevas. 13% õpetajatest kasutas VEPA-mängu harvem kui korra nädalas.



Joonis 4. VEPA-mängu kasutamise sagedus viimase kahe kuu jooksul (%)

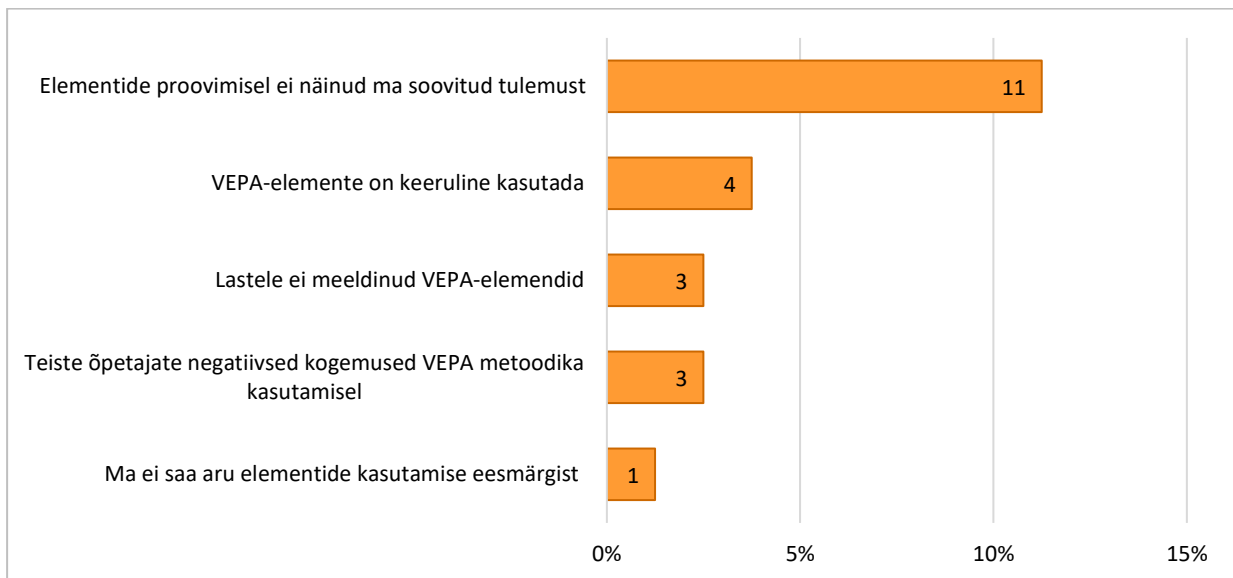
Abistavad ja takistavad tegurid

Lisaks VEPA-elementide ja VEPA-mängu kasutamise sagedusele küsiti õpetajatelt ka selle kohta, mis abistas või osutus takistavaks VEPA-elementide kasutuselevõtmisel. Kõige abistavamaks osutus õpetajate jaoks see, et VEPA-elemente oli lihtne kasutada ning see, et häid tulemusi võis märgata juba esimestel kasutuskordadel (vt Joonis 5).



Joonis 5. Õpetajate osakaal (%), kes pidasid loetletud tegureid abistavaks VEPA-elementide kasutuselevõtmisel

Takistava tegurina märkis 11% õpetajatest, et osade elementide kasutamisel ei olnud näha soovitud tulemust. Ülejäänud takistusi märkis vähem õpetajaid (vt Joonis 6).

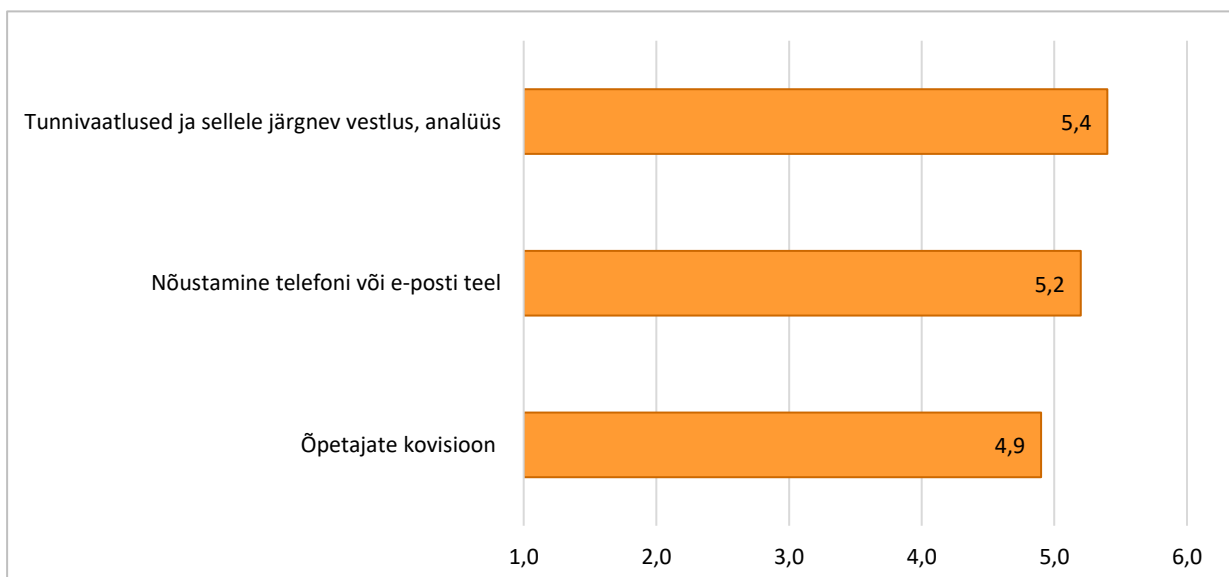


Joonis 6. Õpetajate osakaal (%), kes pidasid loetletud tegureid takistavaks VEPA-elementide kasutuselevõtmisel

2.2 Koostöö ja toetamine

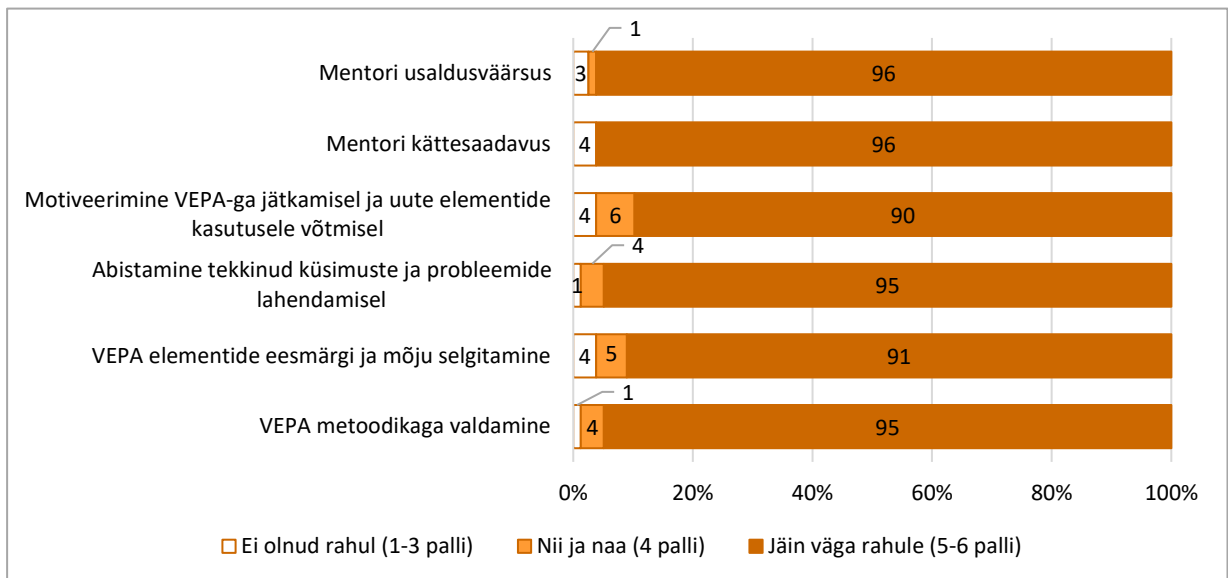
Õpetajate koostöö mentoriga

Sarnaselt möödunud õppeaastatele hindasid õpetajad enda koostööd mentoriga pigem kõrgete hinnangutega. Keskmised hinnangud sellele, kui abistavad olid tunnivaatlused, nõustamine ja kovisiooni gruppides osalemine jäid 6-pallisel skaalal vahemikku 4,9-5,4 (vt Joonis 7).



Joonis 7. Õpetajate keskmised hinnangud mentoripoolsete tegevuste abistavuse osas (6-pallisel skaalal)

Erinevate mentoriga seotud aspektide osas jäid õpetajad väga rahule mentori usaldusvääruse, metoodikaga seotud teemade sisulise valdamisega ning mentoripoolse abistamisega tekkinud küsimuste korral (vt Joonis 8). 77% õpetajatest soovitaks kindlasti enda mentoriga koostöö tegemist teistele VEPA-ga liitunud õpetajatele.



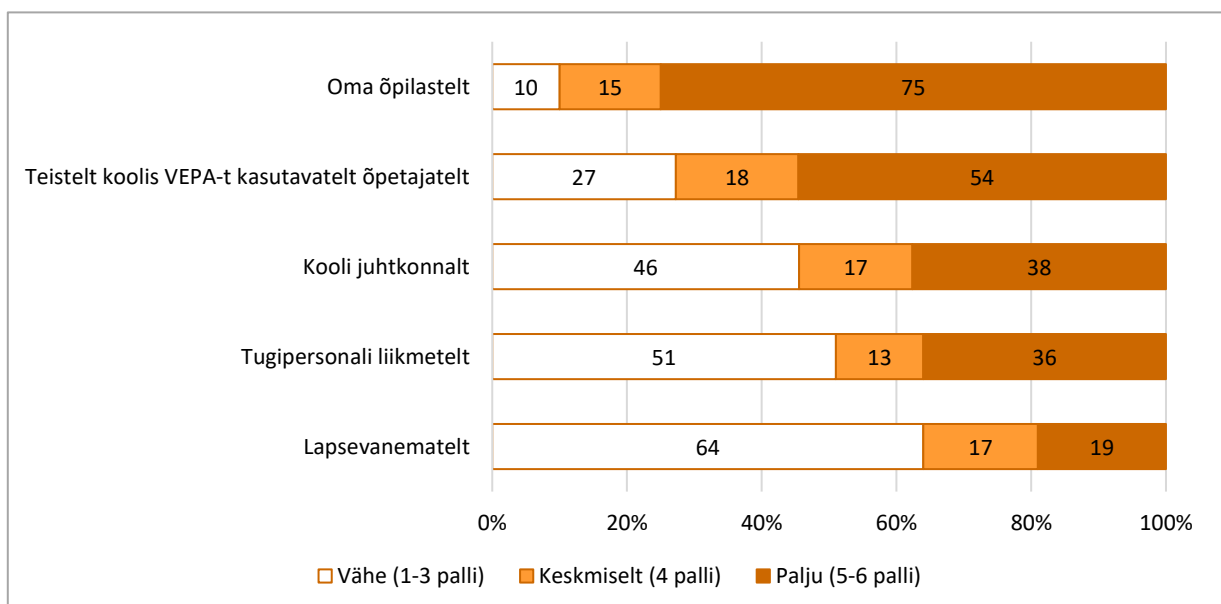
Joonis 8. Õpetajate rahulolu erinevate mentoriga seotud aspektide osas (%)

TAI-poolne toetamine

Koolituspäevadele lisaks pakuti TAI poolt selle õppeaasta jooksul eriteemalisi veebipõhiseid teemakohtumisi VEPA-koolitajaga, kus arutati VEPA metoodika kasutamisega seotud teemasid. Neljandik õpetajatest osales õppeaasta jooksul vähemalt korra teemakohtumistel. Teemakohtumistel osalenud õpetajatest veidi üle poole (54%) pidas kohtumisi abistavaks. Keskmine hinnang teemakohtumiste abistavusele 6-pallisel skaalal oli 4,5.

Koolipoolne toetamine

Peale TAI- ja mentoripoolsete toetusviiside, küsiti õpetajatelt, mil määral on nad VEPA metoodika kasutamisel saanud vahetat koolipoolset toetust. Enda koolis said õpetajad VEPA metoodika kasutamisel enim toetust oma õpilastelt ja teistelt koolis VEPA-t kasutavatelt kolleegidelt (vt Joonis 9). 36-55% õpetajatest märkis, et on keskmiselt või palju saanud toetust kooli juhtkonnalt, tugipersonali liikmetelt või lapsevanematelt.

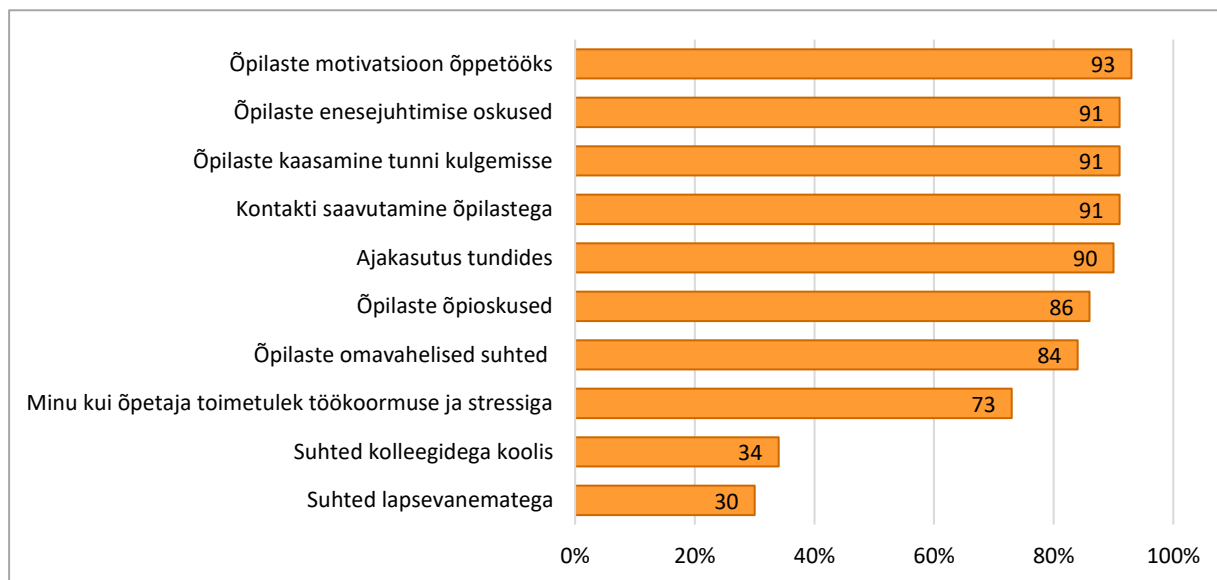


Joonis 9. VEPA metoodika kasutamisel toetuse saamise määr (%)

2.3 VEPA kogemuse kokkuvõte

Tajutud muutused

Õpetajatel paluti märkida, millisel moel mõjutas VEPA metoodika kasutamine nende ja õpilaste jaoks erinevaid aspekte. Valdav osa õpetajatest (91-93%) leidis, et VEPA metoodika kasutamise tulemusel paranes õpilaste motivatsioon õppetöös ja õpilaste enesejuhtimise osakused (vt Joonis 10). Õpetajate endi jaoks paranes enim õpilastega kontakti saavutamine ja nende kaasamine tunni kulgemisse.



Joonis 10. Õpetajate osakaal (%), kes hindasid VEPA metoodika kasutamisel erinevate aspektide paranemist

Õpetajad said avatud vastusena tuua välja, mis tegi nende jaoks VEPA metoodikast toimiva. Enim töid õpetajad välja VEPA tulemuslikkust ja seda, et metoodika aitab toetada laste käitumist, eneseregulatsiooni ja keskendumist. Välja toodi ka seda, et VEPA metoodika on lihtne ning süsteemne. Järgnevalt on esitatud mõned õpetajate vastused seoses sellega, mis tegi nende jaoks metoodika toimivaks.

„VEPA-elemendid on mängulised, neid saab kasutada igal pool ja igal ajal. VEPA metoodika kasutamine tagab tunnis töörahu ja kandub ka väljapoole.“

„Kõik VEPA-vidinad aitavad suunata laste käitumist soovitud suunas. VEPA loob toredat vaheldust tavapärasele tööle. VEPA teeb õppimise põnevamaks.“

„Ma näen, kui sallivaks ja sõbralikuks lapsed on muutunud ja mu klass on nii ühtehoidev ja harmooniline. Kõik ütlevad minu klassi tülles, et siia klassi on nii hea tulla. Lastepelt on näha, miks VEPA metoodika toimib.“

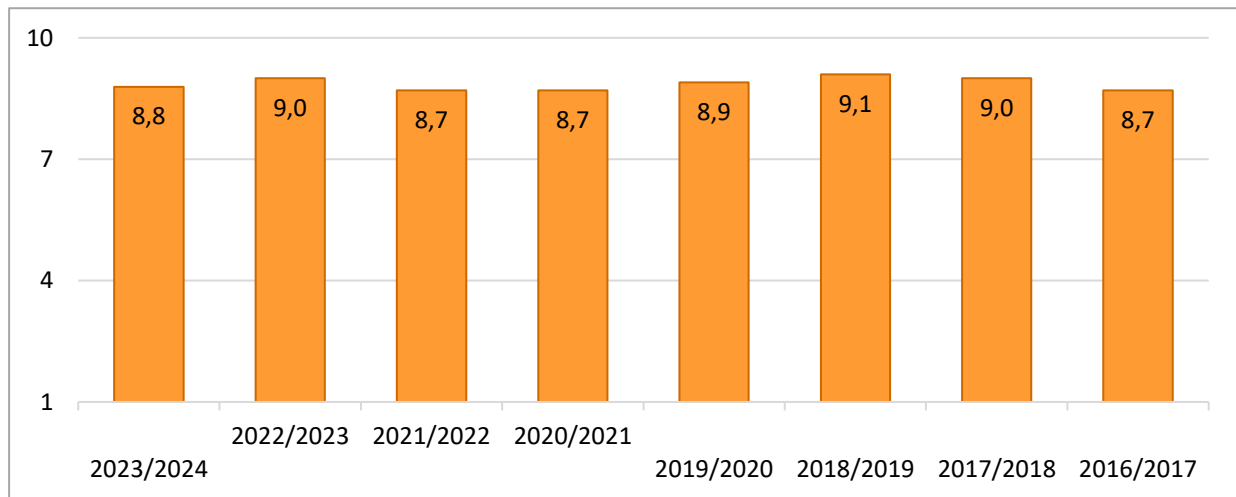
„Metoodika tugevdab laste identiteeti ja kogukonnatunnet. VEPA elemendid aitavad õpetajal kiiresti saada kõikide õpilaste tähelepanu, kaasata neid tegevustesse, kokku hoida aega ning ennetada mittesobiva käitumise ilminguid“

„Ma saan kõiki VEPA -elemente igapäevaselt igas tunnis kasutada. Ma saan VEPA-t kasutada ka vahetunnis, väljasõitudel. VEPA metoodika on lihtne ja arusaadav nii õpetajale kui ka lastele...“

„See metoodika on nii läbimõeldud, samm-sammulised kirjeldused, kuidas mingisugust aspekti tundi sisse tuua. Kõik saavad sellega hakkama.“

VEPA soovimine ja kasutamisega jätkamine

Iga õppeaasta lõpus on VEPA-õpetajate käest 10-pallisel skaalal küsitud, millisel määral soovitaksid nad metoodika kasutuselevõtmist teistele õpetajatele. 69% õpetajatest kindlasti soovitaks (9-10 palli) VEPA metoodika kasutamist teisele õpetajale. 24% pigem soovitaks (6-8 palli). Keskmine soovitamise hinnang oli 8,8 palli, mis on võrreldes 2022/2023. õppeaastaga mõnevõrra madalam, kuid üldjoontes sarnaneb varasemate õppeaastate hinnangutega (vt Joonis 11).



Joonis 11. Õpetajate VEPA metoodika soovitamise keskmine hinnang (10-pallisel skaalal) õppeaastate lõikes

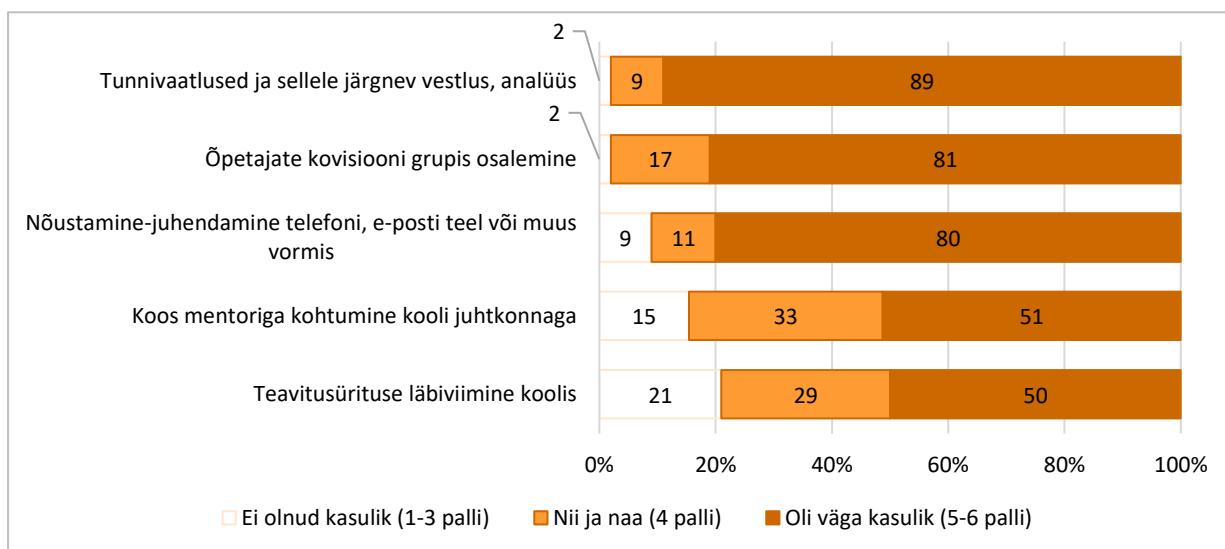
3 Mentorite tagasiside VEPA-aastale

Iga VEPA väljaõpet läbivat õpetajat toetab metoodika kasutusevõtmisel õppeaasta jooksul kooli- või piirkonnamentor. 2023/2024. õppeaastal tegutses 24 piirkonnamentorit ja 42 koolimentorit. Piirkonnamentorid toetavad erinevate koolide õpetajaid ning koolimentorid tegutsevad oma kooli sees ning on kolleegiks mentordatavale õpetajale. Õpetajaid toetanud mentorid andsid enda tagasiside VEPA-aastale 2024. aasta juunis. Elektroonsele ankeedile vastas 66-st mentorist 47 ehk 71%. Ankeedi täitis 15 piirkonnamentorit ning 32 koolimentorit.

3.1 Mentori tegevused

Mentori tegevuste kasulikkus õpetaja jaoks

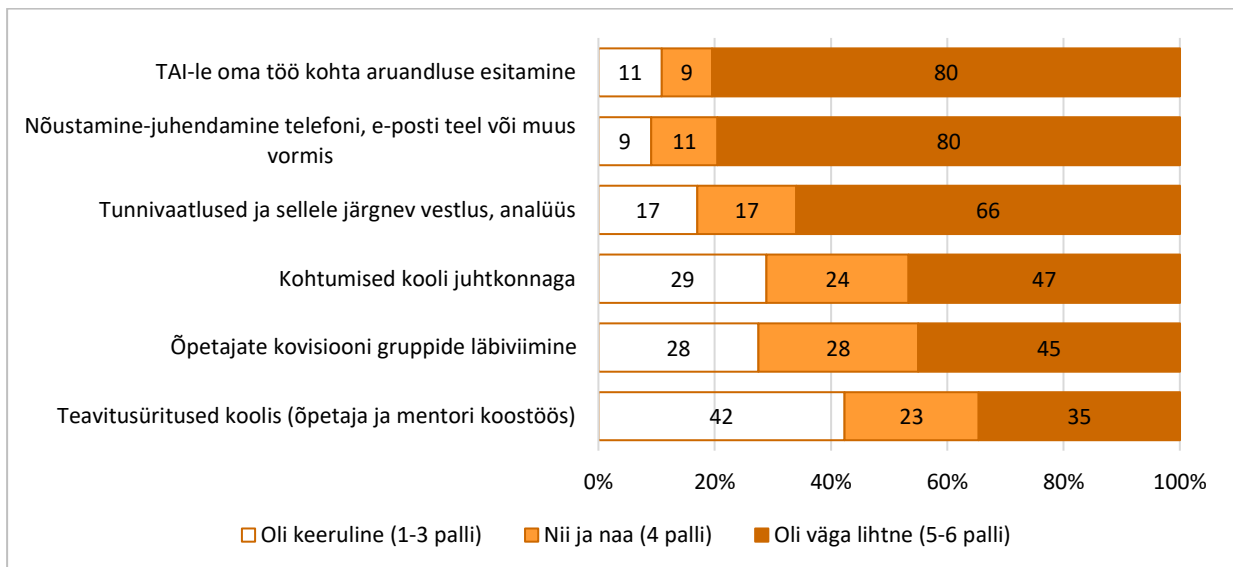
Mentoritel paluti märkida, millised erinevad mentoripoolsed tegevused olid nende hinnangul õpetajate jaoks kõige kasulikud VEPA metoodika kasutuselevõtmisel. Mentorite hinnangul olid õpetajate jaoks kõige kasulikud tunnivaatlused ja neile järgnev vestlus ning analüüs ja osalemine õpetajate kvisiooni gruppides (vt Joonis 12). Keskmised hinnangud 6-pallisel skaalal nende tegevuste kasulikkusele õpetaja jaoks jäid vahemikku 4,5-5,4. Vähem kasulikumaks õpetaja jaoks pidasid mentorid koolis läbiviidavaid teavitusüritusi.



Joonis 12. Mentori tegevuste kasulikkus õpetajatele mentori hinnangul (%)

Mentori tegevuste elluviimine

Mentoritelt küsiti, kui keeruline või lihtne oli erinevate mentoripoolsete tegevuste elluviimine 6-pallisel skaalal. Kõikidest mentoripoolsetest tegevustest pidasid mentorid kõige lihtsamini teostatavaks TAI-le oma töö kohta aruandluse esitamist ja õpetajate nõustamist-juhendamist telefoni, e-posti teel või muus vormis. Mõnevõrra keeruliseks pidasid mentorid koolis koostöös õpetajaga teavitusürituse läbiviimist (keskmine hinnang 3,8) ja õpetajate kvisiooni gruppide läbiviimist (keskmine hinnang 4,1) (vt Joonis 13).

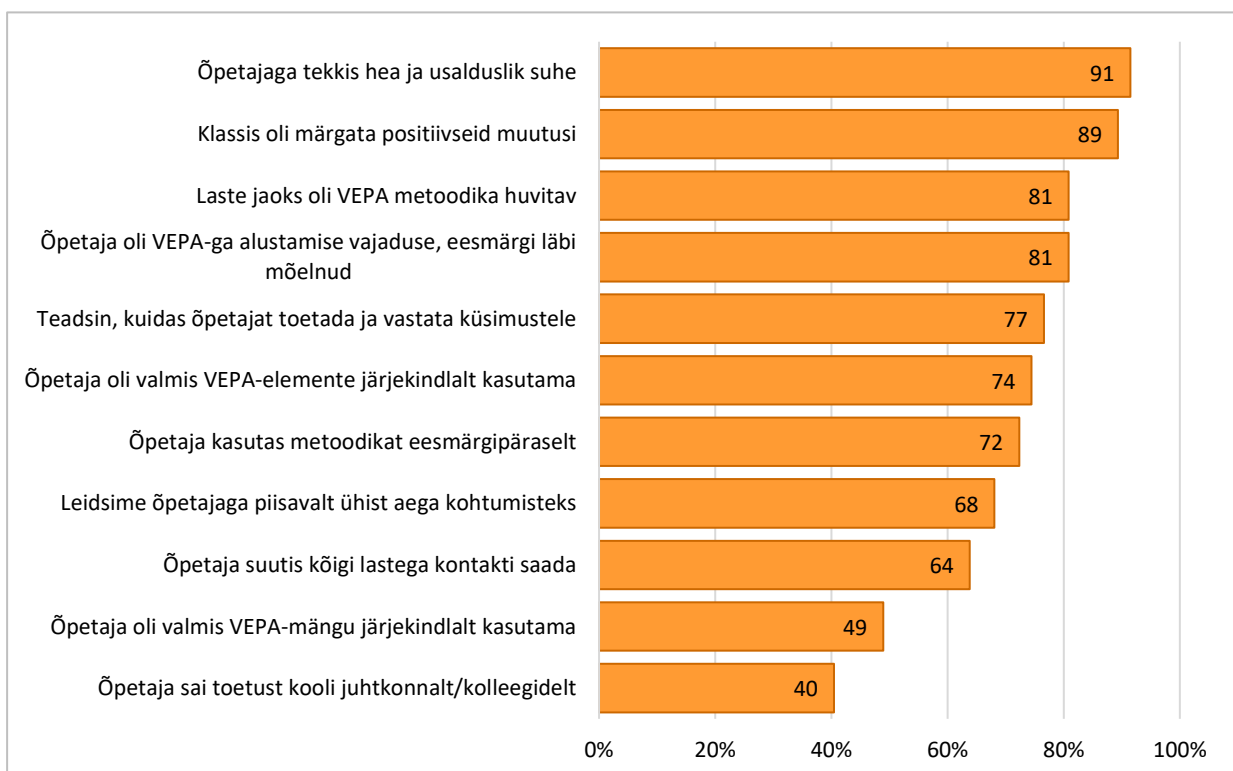


Joonis 13. Mentorite hinnang mentori tegevuste elluviimise lihtsusele (%)

3.2 Koostöö õpetajatega

Koostööd õpetajaga soodustavad ja takistavad tegurid

Mentoritel paluti märkida, millised aspektid soodustasid õppeaasta vältel koostööd õpetajaga (vt Joonis 14). Sarnaselt möödunud õppeaastale märkisid mentorid, et enim soodustas õpetajaga koostööd see, kui õpetajaga tekkis hea ja usalduslik suhe (91%), klassis oli märgata positiivseid muutusi (89%), laste jaoks oli VEPA meetodika huvitav (81%) ning see, kui õpetaja oli VEPA-ga alustamise vajaduse ja eesmärgi enda jaoks hästi läbi mõelnud (81%).



Joonis 14. Mentorite jaoks õpetajatega koostööd soodustanud aspektid (%)

Mentorid said täpsustada, mis soodustas koostööd õpetajatega. Järgnevalt on toodud mõned vastused.

„Koostööd soodustavaks teguriks oli ka kindlasti see, kui olin samas koolis varem juba kellelegi teisele mentoriks olnud. Koostöö kooliga oli sellisel juhul juba toimiv. Sellele toetudes oli hea alustada suhte loomist õpetajaga. Samuti oli kovisiooniks nii lihtsam varasemaid õpetajaid kaasata (kuna teadsin neid juba) ja kovisioonides sai kiiremini toetava õhkkonna, mistõttu oli kovisioon õpetajate jaoks ka tähenduslikum.“
-piirkonnamentor

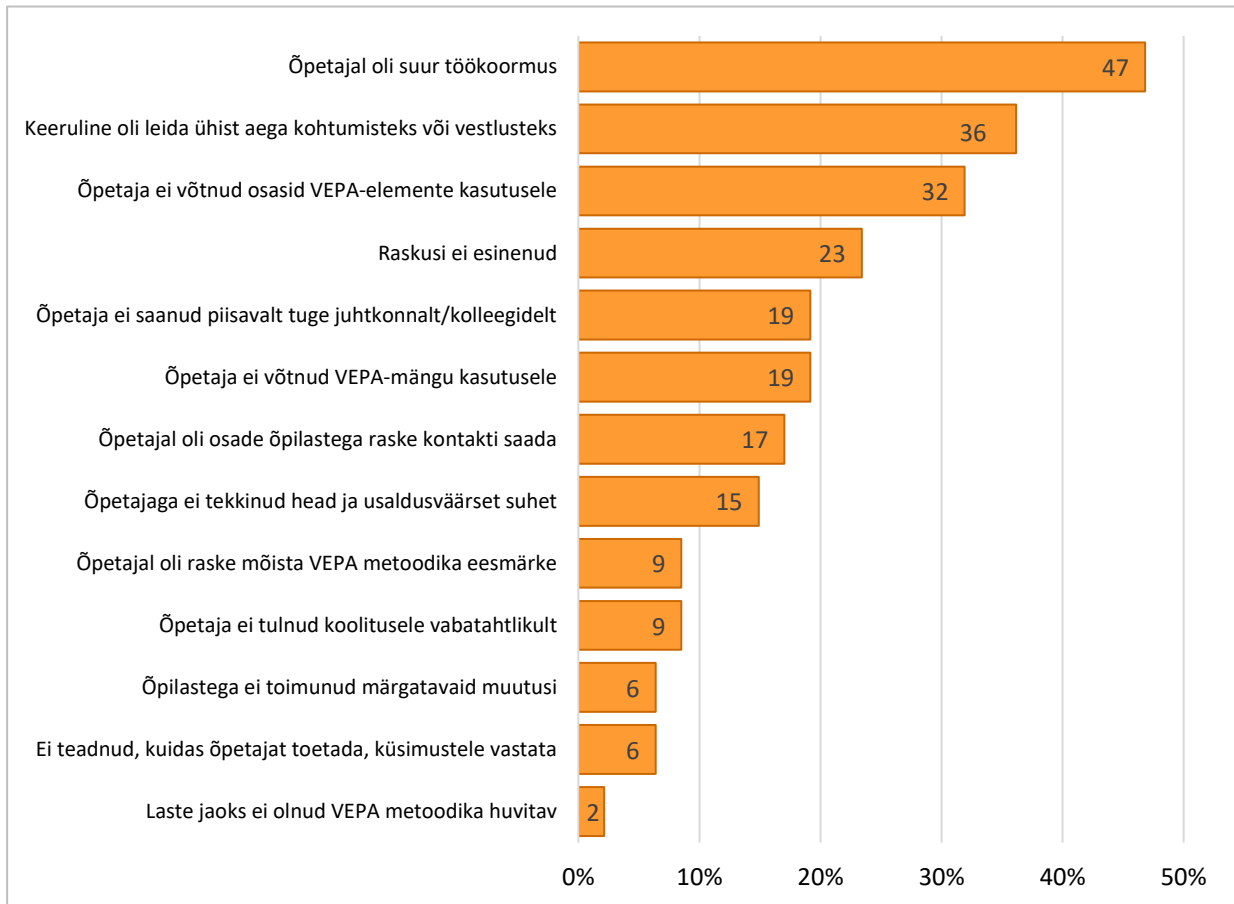
„Soodustas aus ja avatud suhtlus ning ootuste määratlemine kohe alguses. Soodustas ka see, et kohe alguses panime kohtumised kalendrisse paika ning ei lükanud neid vajaduseta edasi.“
-piirkonnamentor

„Õpetaja ise oli avatud ja tundis siirast huvi VEPA vastu.“
-koolimentor

„Tekkis hea koostöö, sest õpetajaid oli rohkem, kes koolitusel käisid. Nii oli arutelusid, ühiseid koosistumisi jne. Väga oluline on õpetajaid tunnustada ja märgata. Tegin kiidusid ja plaan on anda ka õppeaasta lõpus eraldi tunnustus VEPA aasta eduka läbimise eest.“
-koolimentor

„Head koostööd soodustas mentori poolt ausus, ehedus, positiivsus olukordade lahendamisel. Õpetaja poolt usaldus mentori osas ja õpetaja innukus VEPA metoodika osas ning metoodika kasutamise tulemusel tekkinud pisikesed muutused paremuse suunas.“
-piirkonnamentor

Lisaks koostööd soodustanud aspektidele küsiti mentoritelt, mis takistas koostööd õpetajatega õppeaasta jooksul (vt joonis 15). Ligi poolte mentorite jaoks (47%) raskendas koostööd õpetaja suur töökoormus ning veidi üle kolmandiku mentorite jaoks see, et ühisteks kohtumisteks või vestlusteks oli keeruline leida ühist aega ning see kui õpetaja ei võtnud osasid VEPA-elemente kasutusele.



Joonis 15. Mentorite jaoks õpetajatega koostööd raskendanud aspektid (%)

