



**Tervise Arengu Instituut**

National Institute for Health Development



# VEPA KÄITUMISOSKUSTE MÄNG

Kai Klandorf, Aire Trummal Tervise Arengu Instituut

Kerli Prass SA Kiusamise Vastu



## Mis on VEPA mäng?



Käitumisoskuste mäng loodi aitamaks õpetajal tulla klassi kui tervikuga toime ilma, et ta peaks igale korrarikumisele individuaalselt reageerima.



Muriel Saunders - 1967 aastal

Algset metoodikat on põhjalikult uuritud, täiendatud ja praeguseks on mängu tunnustatud kui ühte parimat universaalset ennetusprogrammi maailmas.

Dennis D. Embry PhD.



## Miks seda vaja on?



VEPA mäng koosneb töövahenditest ja põhimõtetest, mille rakendamine suurendab õpilaste oskusi oma käitumise kontrollimiseks.



Mängu **eesmärk** on positiivse ja õppimisele suunatud õhkkonna loomine klassis ning õpilaste positiivse käitumise tunnustamine.



## Olukord Eestis



- Enne 13. eluaastat on alkoholi proovinud **62%** noortest;
- **83%** 15-aastastest tarbivad alkoholi tihedalt;
- **32%** noortest on proovinud illegaalseid uimasteid;
- Kiusamise ohvriks on langenud **22%** õpilastest;
- Ise kiusavad **33%** kiusatutest ja **12%** mitte kiusatutest





## Kuidas VEPA seda olukorda paremaks saaks teha

- Mängu rakendamine aitab ennetada õpilaste õppeedukuse langemist, kuritegelikku käitumist, vaimse tervise probleemide ja uimastiprobleemide teket.
- vähendab **26%** õpilaste hulka, kes 13-aastaselt on suitsetamist proovinud;
- suurendab **21%** õpilaste hulka, kes omandavad keskhariduse.
- VEPA mängu rakendamine vähendab alaealiste õigusrikkumisi, vägivaldsete kuritegude sooritamist ning antisotsiaalse isiksushäire tekkimise tõenäosust.
- VEPA mängu rakendamine vähendab vajadust suunata õpilane käitumisraskuste või õpiraskustega õpilastele mõeldud klassi



## VEPA rakendamine Eestis



Hetkel on Eestis VEPA meetodit rakendamas 20 kooli 1. klassi õpetajad.



- Jakob Westholmi Gümnaasium ,
- Kose Gümnaasium,
- Tallinna Kristiine Gümnaasium,
- Tallinna Kuristiku Gümnaasium,
- Merivälja Kool,
- Tallinna Nõmme Gümnaasium ,
- Tallinna Mustamäe Gümnaasium,
- Tallinna Pae Gümnaasium,
- Tallinna Saksa Gümnaasium,
- Tallinna Merekalda Kool,
- Kunda Ühisgümnaasium,
- Rakvere Realgümnaasium,
- Pärnu Kuninga Tänav Põhikool,
- Pärnu Vanalinna Põhikool,
- Tartu Veeriku Kool,
- Tartu Forseliuse Kool ,
- Võru Kreutzwaldi Gümnaasium,
- Võru Kesklinna Kool ,
- Viljandi Paalalinna Kool ,
- Põltsamaa Ühisgümnaasium

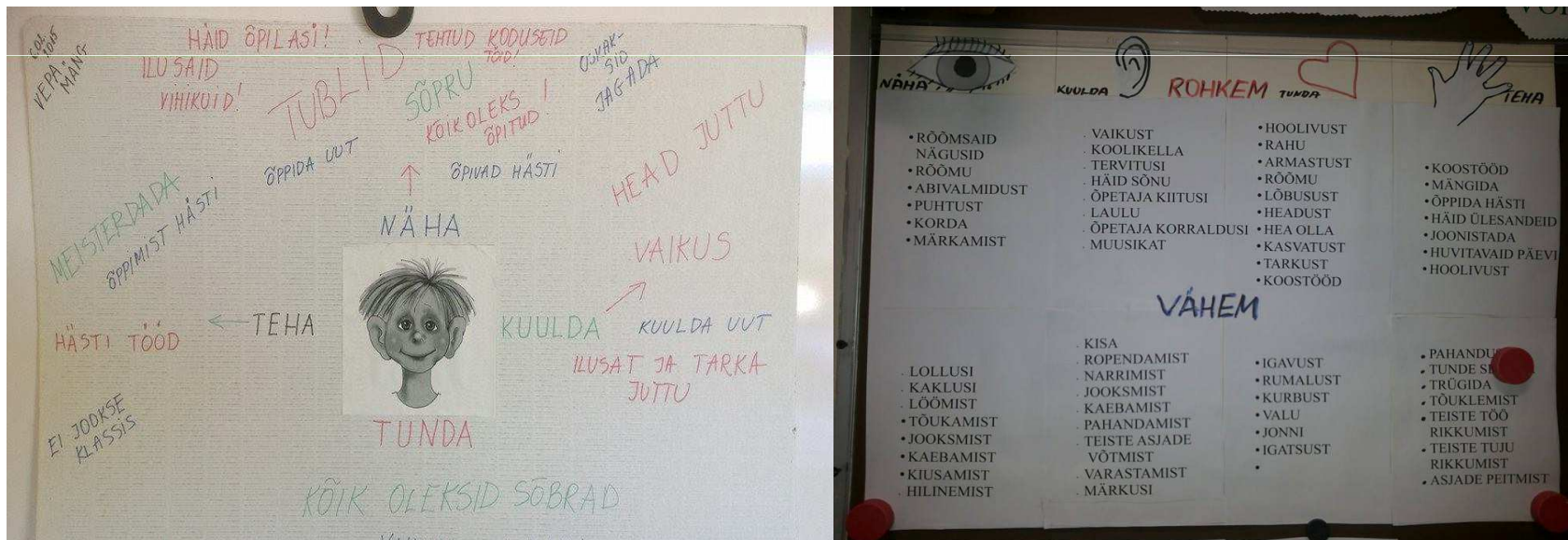
## Kuidas see VEPA mäng siis ikkagi käib?

Õpetajad panevad koos õpilastega kirja, mida nad sooviksid rohkem ja vähem oma unistuste klassis näha, kuulda, tunda ja teha;

- vähem soovitud käitumised on „spleemid“, mida hakatakse mängu rakendamise ajal jälgima;
- rohkem soovitud käitumine on „VEPA“, mida hakatakse järjepidevalt esile tõstma ja tunnustama.



## Näiteid Eesti koolides tehtust...







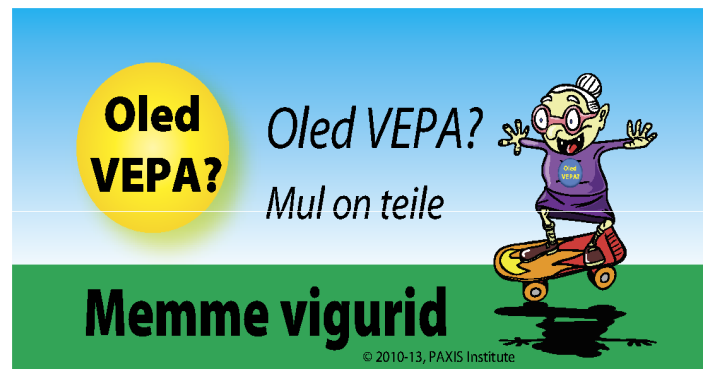
## Mängu põhimõtted

- Õpilase tähelepanu saamiseks kasutatakse VEPA vaikust (käemärgid ja suupill).
- Klass jaotatakse võistkondadeks ja võistkondade nimed kirjutatakse tahvlile.
- Õpilastele öeldakse, kui mäng algab ja kui kaua kestab. Mängu aega näitab taimer.
- Mängu algusest ja lõpust annab märku suupilli mahe heli.



## Memme vigurid

- Mängu võidavad kõik võistkonnad, kes saavad vähem kui 4 spleemi.
- Võitjaid premeeritakse lühiajaliste mänguliste ja lõbusate tegevustega, mis loositakse „Memme vigurite“ hulgast. Auhinna tegevuses löövad kaasa kõikide võitjameeskondade liikmed.
- Auhinnad kestavad ettenähtud aja ja tegevuse lõpust annab märku taimer või suupill.



## Mõmise, jorise ja urise

Võitjameeskonnad saavad etteantud aja jooksul mõmiseda, joriseda, uriseda palju jaksavad.

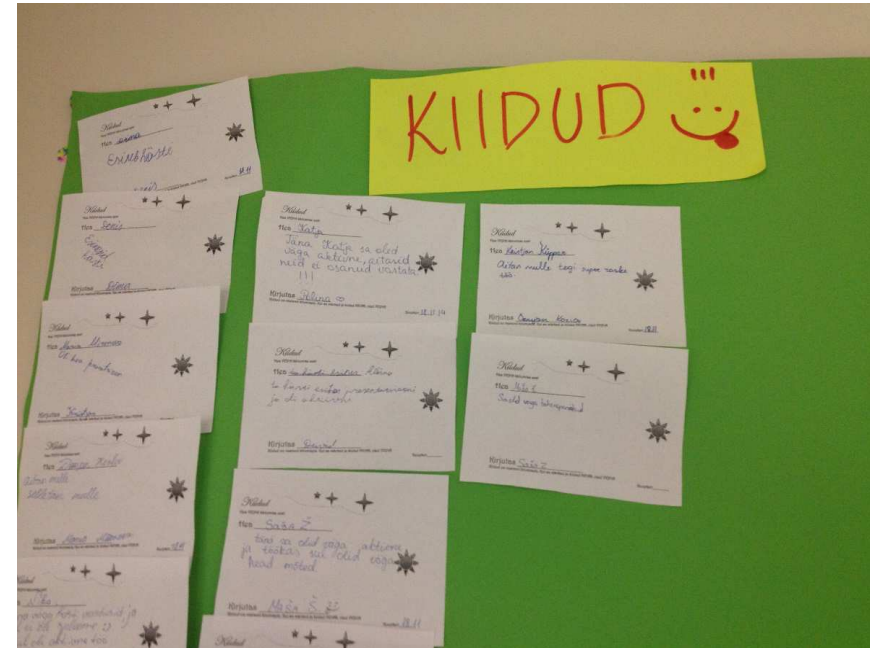
*Soovitatav aeg: 10 kuni 20 sekundit*



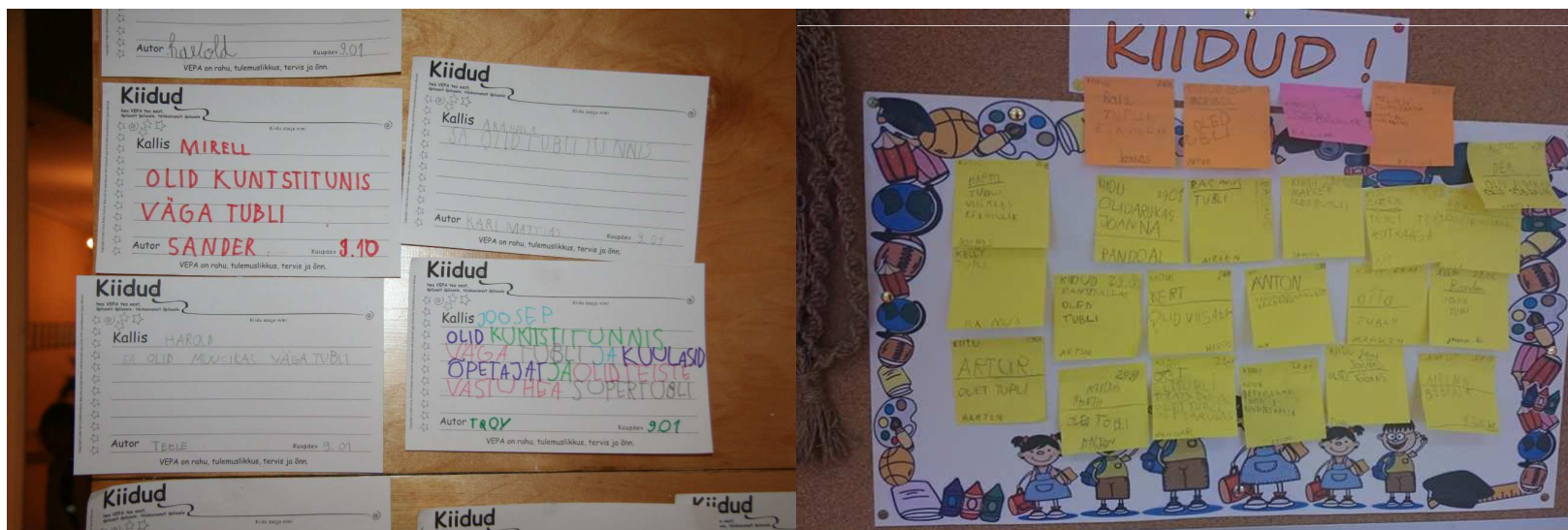
## Kiidud



Laste enesehinnangut tõstetakse mängu käigus süsteemse tunnustamisega, positiivse käitumise märkamise ja sellele tähelepanu osutamiseega.



## Näiteid Eesti koolides tehtust...





## Kõike seda protsessi aitavad läbi viia mentorid

- Mentorid viivad läbi õpetajate koolituse.
- Mentorid külastavad õpetajaid kord kuus.





**Tervise Arengu Instituut**

National Institute for Health Development



## **Mõõtmise tulemused**

### **Sekkumis- ja kontrollklasside võrdlus**

Aire Trummal  
TAI vanemanalüütik



## Mõõtmised kolmel korral:

- Kooliaasta alguses - baasandmed
- Kalendriaasta alguses - I etapi koolid rakendanud 3 kuud
- Kooliaasta lõpus - I etapi koolid rakendanud 6,5 kuud ja II etapi koolid 3,5 kuud
- 20 sekkumisklassi ja 10 kontrollklassi



## Tulemuste mõõtmise viisid:

- Tunnivaatlus – igas klassis 2x15 min spleemide lugemist
- Õpetaja hinnang iga õpilase käitumisele – tugevuste-raskuste küsimustik (Robert Goodman)



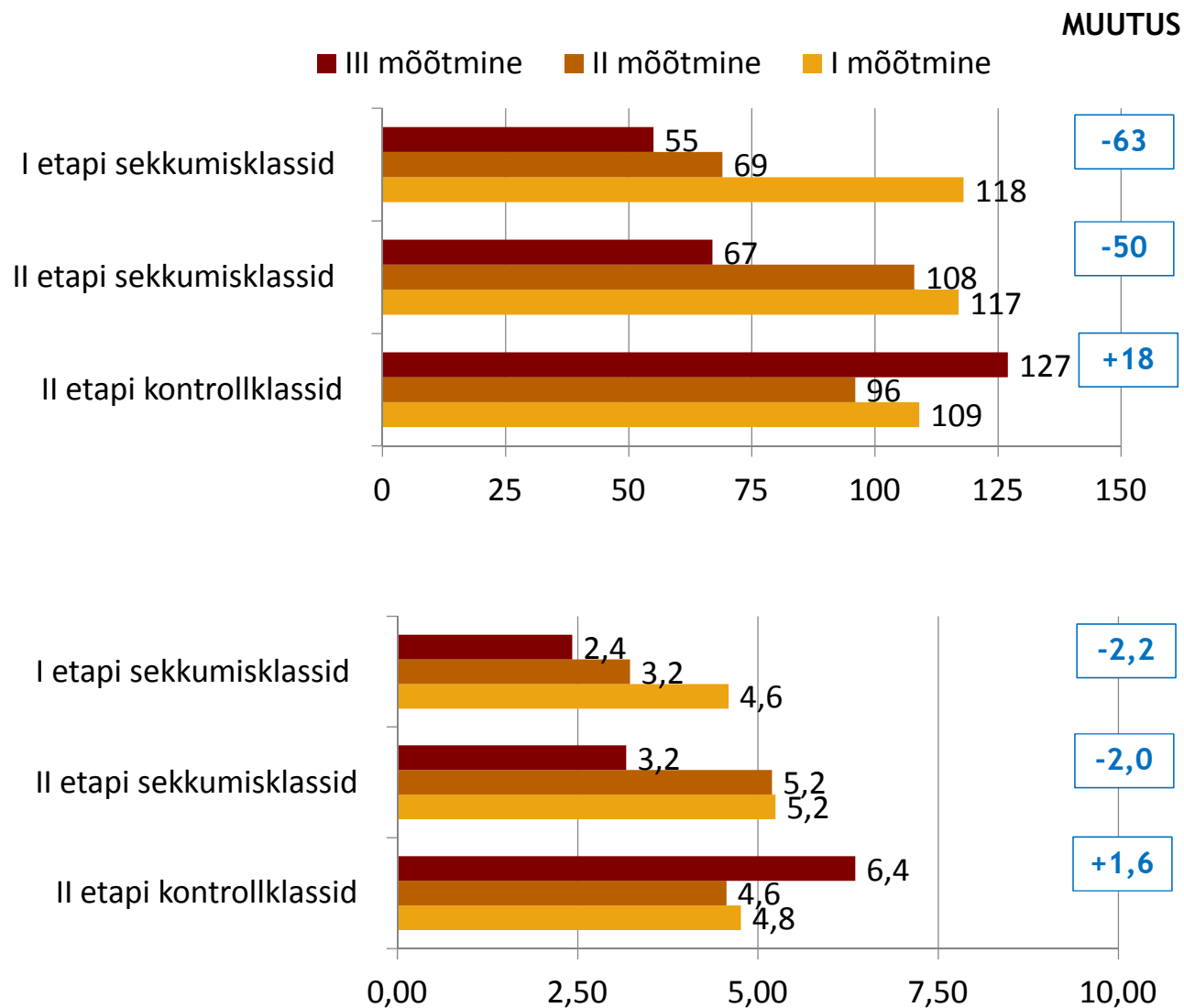
# Mittesoovitud käitumised klassis

## Tunnivaatlused



**Keskmine spleemide arv  
klassi kohta 15 min  
jooksul**

**Keskmine spleemide arv  
ühe õpilase kohta 15 min  
jooksul**





# Õpilaste tugevused ja raskused (1)

## Õpetajate poolt täidetud ankeedid

| SKOOR<br>Esitatud õpilaste osakaal,<br>kellel on vähemalt veidi raskusi |                                | Etapp 1<br>sekkumisklassid, %<br>n=254 |                 |             | Etapp 2<br>sekkumisklassid, %<br>n=229 |                 |              | Etapp 2<br>kontrollklassid, %<br>n=235 |                 |        |
|---|--------------------------------|--|-----------------|-------------|--|-----------------|--------------|--|-----------------|--------|
|   |                                | Koolia.<br>algus                       | Koolia.<br>lõpp | muutus      | Koolia.<br>algus                       | Koolia.<br>lõpp | muutus       | Koolia.<br>algus                       | Koolia.<br>lõpp | muutus |
| <b>Emotsionaalsed raskused</b>  | veidi kuni väga kõrge          | 14,6                                   | 17,3            | 2,8         | 16,6                                   | 14,0            | -2,6         | 18,3                                   | 23,8            | 5,5    |
| <b>Käitumisraskused</b>   | veidi kuni väga kõrge          | 8,3                                    | 7,9             | -0,4        | 16,6                                   | 15,7            | -0,9         | 16,2                                   | 20,0            | 3,8    |
| <b>Hüperaktiivsus</b>   | veidi kuni väga kõrge          | 19,7                                   | 16,5            | -3,1        | 21,8                                   | 16,6            | -5,2         | 22,1                                   | 20,0            | -2,1   |
| <b>Omasugustega suhtlemise raskused</b>                                 | veidi kuni väga kõrge          | 13,8                                   | 15,7            | 2,0         | 25,8                                   | 19,7            | -6,1         | 27,2                                   | 24,3            | -3,0   |
| <b>Prosotsiaalsus</b>   | veidi kuni väga madal          | 16,1                                   | 15,7            | -0,4        | 24,5                                   | 17,0            | <b>-7,4</b>  | 25,1                                   | 30,2            | 5,1    |
| <b>Õpetaja täheldanud lapsel raskusi</b>                                | väikesed kuni tõsised raskused | 34,7                                   | 26,8            | <b>-7,9</b> | 42,1                                   | 31,4            | <b>-10,7</b> | 38,9                                   | 37,8            | -1,1   |

Iga skoori arvutamisel arvestatud 5 väitega.

Eesmärgiks kõrge skooriga õpilaste osakaalu vähendamine.

| VÄIDE   |                              | Etapp 2, sekkumisklassid, % |              |             |
|---|------------------------------|-----------------------------|--------------|-------------|
|   |                              | Koolia. algus               | Koolia. lõpp | muutus      |
| <b>Jagab meeleldi oma asju teistega</b><br>(prosotsiaalsus)           | kindlasti õige               | 44,1                        | 61,1         | <b>17,0</b> |
|   | osaliselt õige või vale      | 55,9                        | 38,9         |             |
| <b>Abivalmis, kui keegi on viga saanu</b><br>(prosotsiaalsus)         | kindlasti õige               | 52,0                        | 63,8         | <b>11,8</b> |
|   | osaliselt õige või vale      | 48,0                        | 36,2         |             |
| <b>Aitab sageli teisi lapsi, õpetajaid jmt</b><br>(prosotsiaalsus)    | kindlasti õige               | 42,5                        | 59,0         | <b>16,4</b> |
|   | osaliselt õige või vale      | 57,5                        | 41,0         |             |
| <b>Pigem omaette hoidev, mängib üksi</b><br>(omasugustega suhtlemine) | vale                         | 61,1                        | 72,5         | <b>11,4</b> |
|   | osaliselt või kindlasti õige | 38,9                        | 27,5         |             |
| <b>Tal on vähemalt üks hea sõber</b><br>(omasugustega suhtlemine)     | kindlasti õige               | 75,0                        | 82,5         | <b>7,5</b>  |
|   | osaliselt õige või vale      | 25,0                        | 17,5         |             |
| <b>Mõtleb enne tegutsemist asjad läbi</b><br>(hüperaktiivsus)         | kindlasti õige               | 38,8                        | 52,4         | <b>13,6</b> |
|   | osaliselt õige või vale      | 61,2                        | 47,6         |             |
| <b>Viib ülesande lõpuni</b><br>(hüperaktiivsus)                       | kindlasti õige               | 42,4                        | 53,7         | <b>11,4</b> |
|   | osaliselt õige või vale      | 57,6                        | 46,3         |             |
| <b>Tähelepanu hajub kergesti</b><br>(hüperaktiivsus)                  | vale                         | 36,2                        | 51,1         | <b>14,8</b> |
|   | osaliselt või kindlasti õige | 63,8                        | 48,9         |             |
| <b>Palju hirme, kartlik</b><br>(emotsionaalsus)                       | vale                         | 70,7                        | 79,0         | <b>8,3</b>  |
|   | osaliselt või kindlasti õige | 29,3                        | 21,0         |             |
| <b>Muretseb paljude asjade pärast</b><br>(emotsionaalsus)             | vale                         | 58,5                        | 68,6         | <b>10,0</b> |
|   | osaliselt või kindlasti õige | 41,5                        | 31,4         |             |
| <b>Üldiselt sõnakuulelik</b><br>(käitumisraskused)                    | kindlasti õige               | 71,2                        | 80,3         | <b>9,2</b>  |
|   | osaliselt õige või vale      | 28,8                        | 19,7         |             |

II etapi sekkumisklassides 25 väitest 11 puhul positiivne muutus.

I etapi sekkumisklassides 1 positiivne muutus, kontrollklassides mitte ühtegi.



| <b>MUUTUSED ÕPETAJA JAOKS</b>  | Sekkumisklasside õpetajad (n=17), n |
|--|-------------------------------------|
| Pean vähem tegelema õpilaste korralekutsumisega                            | 15                                  |
| Saan õpilastega paremini kontakti  | 12                                  |
| Olen enesekindlamaks muutunud  | 9                                   |
| Teised kooli töötajad on märganud minu klassi õpilaste paranenud käitumist | 7                                   |
| Olen rahulikumaks muutunud   | 6                                   |
| Saan rohkem tunnustust õpilaste poolt                                      | 5                                   |
| On tekkinud rohkem aega õppetööks  | 4                                   |

| <b>MUUTUSED ÕPILASTES</b>   | n  |
|---|----|
| Õpilased ise märkavad üksteise head käitumist ja mitte soovitud käitumist | 15 |
| Õpilased pingutavad tunnis rohkem   | 14 |
| Suurenenud on õpilaste enesekontroll                                      | 14 |
| Vähenenud on tundi segav käitumine  | 13 |
| Õpilased teevad üksteisega rohkem koostööd                                | 10 |
| Õpilased on sõbralikumad ja abivalmimad                                   | 10 |
| Vähenenud on agressiivne käitumine  | 8  |
| Õpilased käituvad paremini ka koolitunni väliselt                         | 7  |
| Õpilased on rahulikumad   | 6  |



**TÄNAME TÄHELEPANU EEST!**